Утверждаю

Директор школы Тангаева И.Н.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 25D719989F69898D366E4D23D2CC026B
Владелец: Тангаева Ирина Николаевна
Действителен: с 30.08.2023 до 22.11.2024

Меню на питание (1-4 классы) на 16 февраля 2024 год

Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Минеральные вещества (мг)				Витамины			
Завтрак							Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E
Каша рисовая вязкая на молоке	200	25,36	6,98	9,00	39,17	266,40	175,64	16,40	50,60	0,56	0,07	0,77	20,0	
Салат из свежих помидоров и огурцов	100	32,69	1,07	3,15	7,55	63,06	15,99	15,88	33,68	0,64	0,05		5,70	1,42
Чай с сахаром	200	6,5	0,31		39,4	160	14,18	5,14	4,4	0,95	0,012	0,9		0,2
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,45	1,42	0,16	9,04	42,28	12,2	16,4	48	0,92	0,08			0,2
Итого	540	67	9,78	12,31	95,16	531,74								
Обед														
икра кабачковая консервированная	100	9,93	0,94	7,05	7,07	102	24,6	9	22,2	0,4		4,2	91,8	
Борщ из свежей капусты с мясом	200	22,30	1,8	4,92	10,93	100,99	49,73	26,1	54,6	1,2	0,05	10,68	0,03	2,75
Макароны отварные	200	13,18	5,60	4,51	26,47	168,60	4,68	8,62	41,90	1,10	0,05		17,70	1,20
Тефтели	150	22,24	7,11	19,9	0,32	210,2	20,3	64,3	7,3	0,63	0,04	0,52	24,6	
какао на молоке	200	4,2	4	3,54	17,57	118,6	152,2	10,67	124,6	0,48	0,06	1,58	24,4	
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,45	1,42	0,16	9,04	42,28	6,1	8,2	24	0,46	0,04			0,2
Хлеб пшеничный	40	3,7	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8
Итого:	930	78	23,97	40,28	91,5	837,37								