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 (5-9 классы) на 18 декабря 2023 год

Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Минеральные вещества (мг)				Витамины			
Завтрак							Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	E
Обед														
Винегрет овощной с растительным маслом	100	10,56	1,4	10,04	7,59	125,1	31,23	19,5	43,2	0,82	0,04	9,63		2,95
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	29,48	7,29	5,7	16,99	148,5	31,9	40,01	129,96	1,61	0,15	12,34	4,95	
Капуста тушеная с мясом	200	25,79	4,13	8,6	25,13	200,3	149,9	41,3	79,77	2,1	0,08	52,3	88,77	3,07
Чай с сахаром	200	1,19	0,46	0,1	33,99	141,1	23,02	7,62	11,5	0,24	0,02	12	3,2	0,2
хлеб пшеничный	50	1,68	4,65	0,33	30,15	142,05	13,8	19,8	50,4	1,2	0,15			1,2
хлеб ржано-пшеничный	40	0,92	2,13	0,24	13,56	63,42	9,15	12,3	36	0,69	0,06			0,3
яблоко	100	1,4	2	0	70	135	10,4	36,4	15,6	0,08	0,05	15	0,03	0,39
	940	69,62												