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 20 февраля 2024 год

Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины				Минеральные вещества (мг)			
Завтрак							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
		63,72												
Обед														
Салат из свежих помидоров и огурцов .	100	9,1	74,2	0,98	6,15	3,73	0,05	16,76			18,68	16,26	34,61	0,74
Суп крестьянский с крупой, с куриным мясом	250	27,4	148,28	5,99	7,54	15,53	0,08	0,04	1,28		40,09	6,78	43,73	0,38
Картофельное пюре	200	12,62	184,8	4,12	6,4	27,4	0,18	24,4	34	0,4	49,7	37,3	114,6	149,3
Гуляш	100	14,9	221	14,55	16,79	2,89	0,03	0,92		0,56	21,81	22,03	154,125	3,06
Чай	200	1,7	94,2	0,04		24,76	0,01	1,08			6,4	3,6		0,18
хлеб пшеничный	40	0,62	142,05	4,65	0,3	30,15	0,15			1,2	13,8	19,8	50,4	1,2
хлеб ржано-пшеничный	40	0,92	63,42	2,13	0,24	13,56	0,06			0,3	9,15	12,3	36	0,69
Масло сливочное (порциями)	10		66,1											
Итог	940	69,62	927,95	32,42	37,42	118,02								