

Утверждаю

Директор школы

Тангаева И.Н.



Меню на питание (5-9 классы) на 24 октября 2023 год

Блюдо	Выход, г	Цена	Завтрак				Калорийн ость	Минеральные вещества (мг)				Витамины				
			Белки	Жиры	Углеводы	Са		Mg	P	Fe	В1	C	A	E		
Икра овощная	60	6,31	0,94	7,05	7,07	102	28,08	18,54	31,25	1,2	0,02	7,64				
Суп картофельный с горохом	250	27,18	9,4	57,6	19,2	662,8	63,6	42,7	76,92	3,2	0,35	1,2				1,8
Картофельное пюре	200	19,92	4,12	6,4	27,4	184,8	49,7	37,3	114,6	149,3	0,18	24,4			34	0,4
Птица отварная	100	12,33	21,1	13,6		206,25	39	20	143	1,8	0,04				20	
Чай с сахаром	200	1,28	0,04		24,76	94,2	6,4	3,6		0,18	0,01	1,08				
хлеб пшеничный	60	1,68	4,65	0,3	30,15	142,05	13,8	19,8	50,4	1,2	0,15					1,2
хлеб ржано- пшеничный	30	0,92	2,13	0,24	13,56	63,42	9,15	12,3	36	0,69	0,06					0,3
		69,62														
Обед																