



МЕНЮ НА 17.12.20
для 1-4 классов

№ рецептуры по сборнику 2015 г	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ПР	Йогурт фруктовый	100	2,8	2,4	11,04	78	-	-	-	-	-	-	-	-
ТК	Шницель рыбный (минтай)	80	9,76	6,21	11,75	142,4	0,048	0,27	0,04	4	34,78	130,96	30,61	1,15
ТК	Рис отварной	150	3,62	5,37	36,6	209,7	0,02	-	-	0,2	1,37	60,9	16,3	0,53
377	Чай с лимоном	200/7	0,13	0,02	15,2	62	-	2,83	-	0,01	14,2	4,4	2,4	0,36
ПР	Хлеб пшеничный	36	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,58	0,42
ПР	Хлеб ржаной витаминизированный	59	4,34	0,7	33,7	143,02	-	-	-	-	-	-	-	-
	Итого		24,5	22,53	129,18	803,38	0,189	17,5	0,08	8,22	110	286	103	6,12

Дополнительный завтрак:

сок

апельсин

груша

17.12

МЕНЮ

кол-во 19 чел.

группы прдлённого дня при МБОУ ООШ N 2

ОБЕД

1. Суп из свежей капусты с картоф 250
2. Рыбу и помидоры 50/100
3. Картофель и сыр
4. Хлеб рж 33
5. Хлеб пш 20
- 6.
- 7.

ПОЛДНИК

4. Пельмени 50
5. Чай с сахаром 200
- 6.
- 7.
- 8.

Стоимость: _____ рублей _____ копеек

Зав. производ.

Игнатова И.В.