



МЕНЮ 18.12.20

для 1-4 классов

№ рец. 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	Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	-	0,2	16	11	9	2,2
15	Сыр российский (порциями)	20	3,48	4,425	-	54	0,00075	0,105	0,039	0,075	132	75	5,25	0,15
71	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	13,2	0,036	10,5	-	0,42	8,4	15,6	12	0,54
ТК	Котлета домашняя	80	10,83	9,76	8,09	199	0,14	0,2	-	2,25	13,44	104	16,04	1,7
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,44	137,25	0,14	18,16	-	0,18	36,98	86,6	27,7	1
376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	-	0,03	-	-	11,1	2,8	1,4	0,36
ПР	Хлеб пшеничный	35	3	0,38	18,4	89,06	0,04	-	-	0,5	8,76	33,14	12,58	0,42
ПР	Хлеб ржаной витаминизированный	62	4,34	0,7	33,7	143,02	-	-	-	-	-	-	-	-
	Итого		25,84	20,61	99,62	742,53	0,39	39	0,04	3,63	226	328	84	6,29

Дополнительный завтрак
сок
груша

Стоимость _____ рублей _____ копеек

ОБЕД ГПД 18 чел.

1. Свекольник 250
2. Сосиски отварная 65
3. Макаронь отвар. с маслом 100/5
4. Каша из гр 200
5. Хлеб рж 35
6. Хлеб пш 21

ПОЛДНИК ГПД 18 чел.

1. Пельмени 33
2. Чай с сахаром 200
3. _____
4. _____

Стоимость: 29 рублей 76 копеек

Зав. производ. Игнатов

Игнатова И.В.