



МЕНЮ НА 23.12.2020

для 1-4 классов

| № рецеп. 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 | Ca | P | Mg | Fe |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| ПР | Творог с наполнителем мягкий | 100 | 7,68 | 3,04 | 10 | 97,84 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| 15 | Сыр российский (порциями) | 18 | 3,48 | 4,425 | - | 54 | 0,00075 | 0,105 | 0,039 | 0,075 | 132 | 75 | 5,25 | 0,15 |
| 45 | Салат из белокочанной капусты с морковью | 60 | 0,79 | 1,95 | 3,88 | 36,24 | 0,013 | 10,26 | - | 5,03 | 14,98 | 16,98 | 9,05 | 0,28 |
| ТК | Бефстроганов из филе куриного | 80/30 | 9,2 | 17,07 | 7,17 | 176 | 00,4 | 0,73 | 0,03 | 1,14 | 32,82 | 82,83 | 17,16 | 1,14 |
| 302 | Каша рассыпчатая гречневая | 150/5 | 8,6 | 6,09 | 38,64 | 243,75 | 0,21 | - | - | 0,61 | 14,82 | 203,93 | 135,83 | 4,56 |
| ТК | Кисель концентрата | 200 | 0,1 | - | 29,2 | 110,4 | 0,004 | 1,4 | 0,004 | - | 14,2 | 8,6 | 1,6 | 0,2 |
| ПР | Хлеб пшеничный | 38 | 3 | 0,38 | 18,4 | 89,06 | 0,04 | - | - | 0,5 | 8,76 | 33,14 | 12,58 | 0,42 |
| ПР | Хлеб ржаной витаминизированный | 63 | 4,34 | 0,7 | 33,7 | 143,02 | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | Итого | | 77,19 | 33,655 | 140,99 | 950,31 | 0,30775 | 12,495 | 0,073 | 7,355 | 213,18 | 420,48 | 181,47 | 6,75 |

Дополнительный завтрак

сок

фрукты

Стоимость 43 рублей 71 копеек

ОБЕД ГПД _____ чел.

1. Суп с макарон. из домашн 250
2. Рыба запер. 50
3. Рис отварен с маслом 100/5
4. Колбас из с/р 200
5. Хлеб рж 35
6. Хлеб пш 21

ПОЛДНИК ГПД 18 чел.

1. Бургер бр с пшеничн 21/30
2. Чай с сахаром 200
3. _____
4. _____

Стоимость: 37 рублей 33 копеек

Зав. производ. Игнатова

Игнатова И.В.