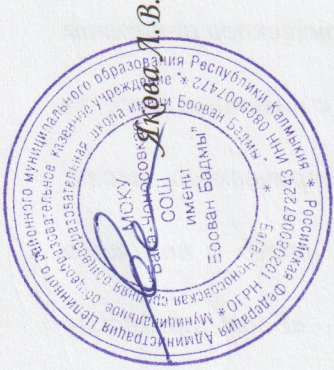


Утверждаю:
Директор школы



МЕНЮ

На 23 ноября 2022 г
для учащихся 5-11 классов

№ рец. по сборнику	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)																	
			БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ДЫ		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe														
																4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
1	2	3																											

ОБЕД

17	Салат из соленых огурцов	100	0,76	6,09	2,38	67,3	0,02	5,7	0	0	13,11	24,01	7,98	0,34
137	Суп с макаронными изделиями	250	2,15	2,27	13,71	83,8	0,09	6,6	0	19,68	53,32	21,6	0,87	
304	Плов из птицы	250	18,1	18	25,48	356,2	0,06	1,01	48	45,1	199,3	47,5	2,19	
3	Компот из сухофруктов смеси	200	0	0	18,2	71,8	0	0	2	0	8,1	0	1,7	0
108	Хлеб пшеничный	20	1,9	0,2	12,3	58,6	0,05	0	0	4,6	16,8	6,6	0,4	
110	Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	9,28	45,8	0,11	0,14	0	0,11	25,55	0,98	14	43,75
	Итого за день	840	24,31	26,78	81,35	683,5	0,33	13,45	50	0,51	116,14	294,41	99,38	47,55

Наранова

Кон

Повар:

/Наранова С.В. /

Завхоз:

/Конникова А.В./