



меню на 01 декабря

5-11класс

№ рецептуры	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)		энергетическая ценность (ккал)	витамины		минералы		минералы (мг)				
			Б	Ж		В1	С	А	Е		Fe	Ca	P	Mg
33	салат пестрый	100	1	4,5	1	34	0,01	5,7	0	0	0	20,4	24,58	11,8
103	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,5	5,53	23,6	180	0,11	8,25	0	0	1,09	24,6	66,65	27
246	гуляш из говядины	90	11,3	12,95	25	260	0,07	5,07	1,49	2,25	0,85	27,7	98	19,5
171	каша пшеничная	150	8,7	4,84	17,94	121	0	0	0	0	0	16	0	65
349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,04	0	16	94,2	0,01	1,08	0	0	0,6	6,4	3,6	0
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0,6	0,4	0,4	15	4,4	14,16
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2
125	фрукт (банан)	100	1,25	0,76	14,7	49	0,03	0,6	0,02	0	1	119	91	14
	итого :	850	31,05	29,18	124,88	866,2	0,26	23,45	1,49	3,7	4,24	139,38	218,7	159,43



меню на 01 декабря

1-4 класс

№ реце птур ы	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)	Пищевые вещества (г)	Пищевые вещества (г)	энергети ческая ценность (ккал)	витамины			минералы				
							В1	С	А	Е	Fe	Ca	P	Mg
33	салат пестрый	60	0,8	3,6	10 - й	День	0,01	5,7	0	0	20,4	24,58	11,8	
103	СУПС МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,31	4,15	12,11	85,75	0,09	6,6	0	0	0,85	19,68	53,32	21,6
246	гуляш из говядины	90	8,48	13,5	25	200	0,07	5,07	1,49	2,25	0,85	27,7	98	19,5
171	каша пшеничная	150	8,7	3,04	17,94	121	0	0	0	0	16	0	65	
349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,04	0	4,76	94,2	0,01	1,08	0	0	0,6	6,4	3,6	0
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0,6	0,4	15	4,4	14,16
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0,52	0,3	9,2	34,8	13,2
125	фрукт (банан)	100	1,25	0,76	14,7	49	0,03	0,6	0,02	0	1	119	91	14
	Итого :	850	26,84	25,65	102,95	737,95	0,26	23,45	1,49	3,7	4	139,38	218,7	159,43