



МЕНЮ на 04 февраля
1-4 класс

| № рецептуры | наименование блюда | масса порции (г) | Пищевые вещества | | энергетическая ценность (ккал) | Витамины | | Минералы | | Минералы | | | | | |
|-------------|--------------------------------|------------------|------------------|-------|--------------------------------|----------|-------|----------|------|----------|--------|--------|--------|------|------|
| | | | Б | Ж | | В1 | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe | | |
| | | | У | 1-й | день | | | | | | | | | | |
| 70 | огурец соленый в нарезке | 60 | 1,16 | 0,5 | 12,6 | 0 | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 11,5 | 0 | 7 | 0,3 |
| 82 | Борщ со сметаной | 200/10 | 6,35 | 12,5 | 200 | 0,04 | 8,23 | 0 | 0 | 0 | 0 | 35,5 | 42,58 | 21 | 0,95 |
| 265 | Плов из говядины (1 категории) | 240 | 12,71 | 10,85 | 360 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 36 | 199,3 | 34 | 1 |
| 349 | КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,04 | 0 | 94,2 | 0,01 | 1,08 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,6 | 6,4 | 3,6 | 0 |
| 2 | хлеб ржаной | 20 | 1,98 | 0,36 | 57,68 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 7117 | хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 70,32 | 0,04 | 0 | 0 | 0 | 0,52 | 0 | 9,2 | 34,8 | 13,2 | 0,3 |
| | Итого : | 760 | 24,52 | 24,45 | 794,8 | 0,22 | 20,54 | 48,56 | 2,73 | 306,81 | 571,94 | 140,25 | 135,18 | | |



меню на 04 февраля
5 - 11 класс

| № реце птур ы | наименование блюд | масса порции (г) | Пищевые вещества (г) | | энергети ческая ценность (ккал) | витами ны | | витамины | | минерал ы (мг) | | минерал ы (мг) | | минерал ы (мг) | |
|------------------------|-----------------------------|------------------------|----------------------------|------|--|--------------|-------|----------|-------|-------------------|-------|-------------------|--------|-------------------|----|
| | | | Б | Ж | | У | 2 - й | В1 | С | А | Е | Fe | Ca | P | Mg |
| 70 | огурец соленый в нарезке | 100 | 1,18 | 0,7 | 2,3 | 16,8 | 0,03 | 0,04 | 0,06 | 0 | 1,33 | 10 | 24 | 14 | |
| 82 | Борщ | 240 | 7 | 15,5 | 24 | 278 | 0,04 | 8,23 | 0 | 0 | 0,95 | 35,5 | 42,58 | 21 | |
| 265 | плов из говядины | 250 | 16 | 14 | 52 | 310 | 0,06 | 0,85 | 39 | 0 | 96 | 43,9 | 106,7 | 21,6 | |
| 349 | компот из сухофруктов | 200 | 0,04 | 0 | 16 | 94,2 | 0,04 | 1,3 | 1,01 | 0 | 0,56 | 122 | 90 | 14 | |
| 2 | хлеб ржаной | 20 | 1,98 | 0,36 | 11,88 | 57,68 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0,4 | 0 | 0 | 0 | |
| 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 | |
| | Итого: | 800 | 28,48 | 30,8 | 120,94 | 827 | 0,21 | 10,42 | 40,07 | 0,52 | 99,54 | 220,6 | 298,08 | 83,8 | |

