



МЕНЮ на 06 февраля  
1-4 класс

№ рецептур ы	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			энергети ческая ценность (ккал)	витамины			минералы							
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
						<b>день</b>											
47	салат из квашеной капусты	60	1,04	0,5	5,12	15,35	0,02	11,96	0	0	0	0,41	31,53	20,49	9,68		
108	суп с клецками	200	5	10	30,5	230	0	0,77	0	0,48	34,41	5,89	2,98	0,32			
26	рыба тушеная в красном соусе	90	9,8	8,96	15,4	212	0,1	3,35	0,01	0	52,11	238,46	59,77	0,96			
302	гречка рассыпчатая	150	3,46	4,69	12,84	150	0	0	0	0	12,98	0	67,5	3,95			
53	сок фруктовый	200	0,5	0,02	10,1	43	0	0	0	0	6	0	0	0,4			
2	хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	57,68	0	0	0	0	0	0	0	0			
7117	хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,04	0	0	0,52	9,2	34,8	13,2	0,3			
125	яблоко	100	0,6	0,6	14,7	17	0,04	5	0	0,33	1	25	0	14,17			
	<b>Итого:</b>	<b>850</b>	<b>24,66</b>	<b>25,37</b>	<b>115,3</b>	<b>795,35</b>	<b>0,2</b>	<b>21,08</b>	<b>0,01</b>	<b>1,33</b>	<b>116,11</b>	<b>335,68</b>	<b>163,94</b>	<b>29,78</b>			



меню на 06 февраля

5-11класс

№ рецепт уры	наименование блюд	масса порции (г)	Пищевые вещества		Пищевые вещества		Пищевые вещества		энергети ческая ценность (ккал)	витамины		витамины		витамины		минералы		минералы		минералы	
			(г)	(г)	(г)	(г)	(г)	(г)		(г)	(г)	(г)	(г)	(г)	(г)	(г)	(г)	(г)	(г)	(г)	(г)
			Б	Ж	У	В1	С	А	Е	Fe	Ca										Mg
47	салат из квашенной капусты	100	1,1	0,5	6	16	0,03	0,04	0,06	0	1,33	10	24	14							
108	суп с клецками	200	8,1	12,6	40,6	270	0	0,77	0	0,48	0,95	34,41	5,89	2,98							
26	рыба тушенная в красном соусе	100	11,6	10,3	18,7	250	0,1	3,35	0,01	0	0,5	52,11	238,46	59,77							
302	гречка рассыпчатая	150	3,46	4,69	14,8	110,45	0	0	0	0	0,2	12,98	0	67,5							
53	сок фруктовый	200	0,5	0,02	15	60	0	3,34	0	0	0,01	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	29,02	28,71	121,74	834,45	0,17	7,5	0,07	1	3,69	240,7	393,15	171,45							

