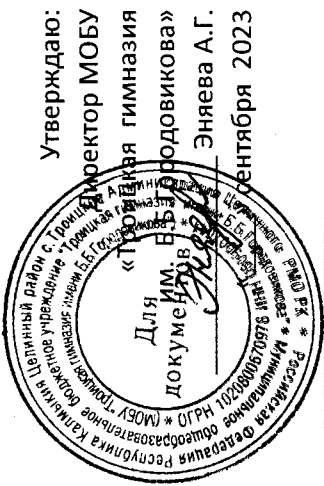


МЕНЮ

на 01 сентября

для обучающихся в 1-4 классах



№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)						Витамины (мг)			
			Б	Ж	У		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14			
15	Салат из свежих огурцов и помидоров	60	0,59	1,69	2,24	44,52	11,21	9,76	20,77	0,44	0,03	10,06	0			
204	Суп харчо	200	5,16	4,69	11,76	102,26	21,01	25,93	95,87	1,18	0,1	6,7	0			
279	Тефтели мясо-крупяные с соусом	100 30	12	14,98	34,94	204,75	72,25	35,5	176,75	1,2	0,07	1,06	48,75			
679	Каша рассыпчатая (пшеничная)	150	4,6	5,77	35,27	213,71	1,22	0,03	162	2,43	0,11	0	0,02			
389	Сок яблочный	200	1,1	0	20,2	84,8	12,6	7,2	12,6	2,5	0	1,6	0			
8	Хлеб пшеничный	30	1,52	0,16	9,84	47	0,01	13,2	34,8	1,01	0,13	0	0			
7	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	3	52,2	14	10	67,2	0,31	0,07	0	0			
	Итого за обед:	800	26,95	27,65	117,25	749,24	132,3	101,62	569,99	9,07	0,51	19,42	48,77			