Утверждаю.

Директор школы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.И.Ерохова

Меню для учащихся 5-11 класса МБОУ «Краснооктябрьская СШ»

24 мая 2023 года

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № рецептур | Наименование блюда | Масса порции,г | Пищевая ценность вещества | | | Энерге  Тическая  ценностт | Витамины ,мг | | | | | Минеральные вещества | | | |
|  | Завтрак | г | белки | жиры | углеводы | Ккал | В1 | В2 | С | А | Е | Са | Р | Мg | Fe |
| 204 | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 7,36 | 6,02 | 35,36 | 224,6 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 28,0 | 0,00 | 6,48 | 49,56 | 28,16 | 1,48 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1 | Котлеты п\ф | 80 | 0,76 | 6,09 | 2,38 | 70,0 | 0,03 | 0,00 | 9,50 | 0,00 | 0,00 | 21,85 | 40,02 | 13,30 | 0,57 |
| пр | Хлеб пшеничный | 30 | 3,04 | 0,32 | 19,69 | 93,76 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 648 | Чай с сахаром | 200 | 0.00 | 0.00 | 15.3 | 49.60 | 0.02 | 0.00 | 5.6 | 0.03 | 0.00 | 3.2 | 15.8 | 2.00 | 0.00 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | итого | 530 | 35.11 | 36.78 | 169.23 | 927.01 | 0.20 | 0.02 | 25.1 | 28.03 | 0.00 | 85.28 | 247.56 | 75.59 | 5.55 |

Итого на сумму 50-00 рублей