Утверждаю.

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

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

30 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 |
| 400 | Пюре картофельное | 200 | 33.64 | 22.81 | 20.52 | 421.20 | 0.13 | 0.00 | 0.45 | 102.6 | 0.00 | 280.44 | 410.58 | 46.80 | 1.39 |
| 1 | Масло сливочное порциями | 10 | 5.41 | 9.26 | 34.17 | 241.72 | 0.08 | 0.02 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 21.2 | 0.00 | 0.00 | 1.39 |
| 287 | Котлеты рыбные | 100 | 5.41 | 9.26 | 34.17 | 241.72 | 0.08 | 0.02 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 21.2 | 0.00 | 0.00 | 1.39 |
| 376 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0.20 | 0.00 | 14.00 | 28.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 6.00 | 0.00 | 0.00 | 0.40 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 30 | 5.41 | 9.26 | 34.17 | 241.72 | 0.08 | 0.02 | 0.00 | 0.00 | 0.00 | 21.2 | 0.00 | 0.00 | 1.39 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | итого | 420 | 46.74 | 35.41 | 139.32 | 561.2 | 0.21 | 0.00 | 9.45 | 102.7 | 0.00 | 324.44 | 535.38 | 57.6 | 3.29 |

Итого на сумму 50-00 рублей