Утверждаю.

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

Меню для учащихся 1-4 класса МБОУ «Краснооктябрьская СШ»

22 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 |
| 21 | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 7.43 | 12.57 | 57.59 | 373.32 | 0.19 | 0.05 | 1.67 | 0.00 | 0.00 | 49.93 | 0.00 | 0.00 | 2.83 |
| 637 | Котлета п\ф | 80 | 15.55 | 11.55 | 15.70 | 228.75 | 0.10 | 0.0 | 0.15 | 28.75 | 0.00 | 43.75 | 66.38 | 32.13 | 1.50 |
|  | Хлеб пшеничный | 30 | 3.03 | 0.32 | 19.69 | 93.76 | 0.0 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 349 | Чай с сахаром | 200 | 0.20 | 0.02 | 22.30 | 110.00 | 0.02 | 0.00 | 0.00 | 0.00 |  | 12.0 | 2.4 | 0.00 | 0.80 |
| пр | Фрукт яблоко | 100 | 0.80 | 0.00 | 70.50 | 49.00 | 0.05 | 0.0 | 9.00 | 0.00 | 0.0 | 16.0 | 48.0 | 6.0 | 0.50 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | итого | 690 | 44.88 | 37.04 | 193.93 | 1689.89 | 0.55 | 0.34 | 15.7 | 28.75 | 0.20 | 402.53 | 123.40 | 63.43 | 7.78 |

Итого на сумму 70 рублей 11 копеек