Утверждаю.

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

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

25 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 |
| 291 | Омлет натуральный | 150 | 20.30 | 17.00 | 35.69 | 377.00 | 0.06 | 0.00 | 1.01 | 48.00 | 0.00 | 45.10 | 199.3 | 47.5 | 2.19 |
| 1 | Масло сливочное порциями | 10 | 0,76 | 6,09 | 2,38 | 67,3 | 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 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| пр | Кофейный напиток на молоке | 200 | 1.00 | 0.00 | 20.20 | 92.00 | 0.02 | 0.00 | 4.00 | 0.00 | 0.20 | 14.00 | 17.00 | 18.00 | 0.80 |
| пр | Фрукт апельсин | 100 | 0,40 | 0,00 | 9,80 | 47.00 | 0.03 | 0.00 | 10.0 | 0.00 | 0.00 | 10.0 | 75.8 | 0.00 | 2.20 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | итого | 610 | 27.94 | 23.73 | 112.01 | 678.82 | 0.13 | 0.00 | 21.59 | 48.00 | 0.00 | 83.35 | 351.12 | 60.80 | 5.14 |

Итого на сумму 70-11 рублей