



Утверждаю
директор школы / Старостина С. В./

12 октября 2022 года

На 11-17 лет

№ ре- туры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины					
			Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. Ценность, ккал	Ca	P	Mg	Fe	B ₁	C	A	E		
Завтрак																
15	Салат из белокочанной капусты	90	1,11	6,18	4,62	78,56	17,21		17,62	0,83	0,09	20,3		3,37		
01	Суп с макаронными изделиями и мясом кур	350	2	5,09	11,98	107,3	29,2	64,7	24,2	0,9	0,09	8,38	161,8	2,5		
12	Пюре гороховое	120	16,88	10,88		165	31,2	16	114,4	1,44	0,03		16			
60	Тефтели мясные	250	8,3	8,9	37,35	262,5	24,7	190,78	131,7	4,4	0,19		27,7	4,8		
68	Компот из свежих яблок и груш	200	0,31		39,4	94	22,46	18,5	5,58	0,19	0,012	2,4		0,2		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8		
	Хлеб пшеничный 1 сорта		74,47	26,89	115,3	789,34	113,11	380,98	202,22	8,2	0,56	30,28	214,1	11,6 7		
Итого: 68,44 руб																

ответственная за питание

Лушкина Е. Р./

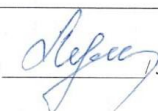


Утверждаю
директор школы / Старостина С. В.

12 октября 2022 года

На 11-17 лет

ре- туры	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины					
			Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. Ценность, ккал	Ca	P	Mg	Fe	B ₁	C	A	E		
Завтрак																
15	Салат из белокочанной капусты	90	1,11	6,18	4,62	78,56	17,21		17,62	0,83	0,09	20,3		3,37		
01	Суп с макаронными изделиями и мясом кур	350	2	5,09	11,98	107,3	29,2	64,7	24,2	0,9	0,09	8,38	161,8	2,5		
12	Пюре гороховое	120	16,88	10,88		165	31,2	16	114,4	1,44	0,03		16			
60	Тефтели мясные	250	8,3	8,9	37,35	262,5	24,7	190,78	131,7	4,4	0,19		27,7	4,8		
68	Компот из свежих яблок и груш	200	0,31		39,4	94	22,46	18,5	5,58	0,19	0,012	2,4		0,2		
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3,1	0,2	20,1	94,7	9,2	13,2	33,6	0,8	0,01			0,8		
	Хлеб пшеничный 1 сорта		74,47	26,89	115,3	789,34	113,11	380,98	202,22	8,2	0,56	30,28	214,1	11,6 7		
Итого: 68,44 руб																

ответственная за питание  Лушкина Е. Р./