



"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор МКОУ "Гремучинская школа №19"
 Герасимова А.А.



МЕНЮ

на 25 октября 2023г.

Субвенция от 6 до 10 лет(завтрак)

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины(мг)						Минеральные вещества(мг)				Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
241	Картофельное пюре	150	3.2	6.06	23.3	160.46	0.14	5.39	0.05	0.2	39.96	88.05	27.83	1.01	14-09.		
235	Капуста тушеная	50	1.31	1.62	6.73	43.58	0.03	17.1	0.05	0.1	28.74	23.84	9.91	0.46	5-32.		
п/ф	Тефтели	100	9.16	13.53	9.44	196.14	0.07	1.5	0.11	0.63	59.29	144	21.23	1.63	48-86.		
265	Соус	30	0.32	2.2	3.14	33.69	0.01	1.17	0.01	0.08	3.09	9.78	0.5	0.23	1-82.		
	Хлеб	60	3.9	1.23	30.4	145	0.07	0	0	0.01	10	53	11.6	1.4	6-00.		
294	Чай с лимоном	200	0.07	0.01	15.31	61.62	0	2.8	0	0.01	6.25	3.54	2.34	0.29	5-56.		
															81-65.		

Субвенция от 11 до 18 лет(завтрак)

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины(мг)						Минеральные вещества(мг)				Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
241	Картофельное пюре	180	3.2	6.06	23.3	160.46	0.14	5.39	0.05	0.2	39.96	88.05	27.83	1.01	16-61.		
235	Капуста тушеная	50	1.31	1.62	6.73	43.58	0.03	17.1	0.05	0.1	28.74	23.84	9.91	0.46	5-32.		
п/ф	Тефтели	100	9.16	13.53	9.44	196.14	0.07	1.5	0.11	0.63	59.29	144	21.23	1.63	48-86		
265	Соус	30	0.32	2.2	3.14	33.69	0.01	1.17	0.01	0.08	3.09	9.78	0.5	0.23	1-82.		
	Хлеб	60	3.9	1.23	30.4	145	0.07	0	0	0.01	10	53	11.6	1.4	6-00.		
294	Чай с лимоном	200	0.07	0.01	15.31	61.62	0	2.8	0	0.01	6.25	3.54	2.34	0.29	5-56.		
															84-17.		

Обед

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины(мг)						Минеральные вещества(мг)				Цена
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
45	Суп гороховый	250	9.58	6.53	13.79	152.6	0.13	8.56	0.28	0.55	25.42	168	36.93	2.58	13-43.		
241	Картофельное пюре	180	3.2	6.06	23.3	160.46	0.14	5.39	0.05	0.2	39.96	88.05	27.83	1.01	14-04.		
235	Капуста тушеная	50	1.31	1.62	6.73	43.58	0.03	17.1	0.05	0.1	28.74	23.84	9.91	0.46	5-32.		
п/ф	Тефтели	80	9.16	13.53	9.44	196.14	0.07	1.5	0.11	0.63	59.29	144	21.23	1.63	48-86.		
265	Соус	30	0.32	2.2	3.14	33.69	0.01	1.17	0.01	0.08	3.09	9.78	0.5	0.23	1-82.		
	Хлеб	60	3.9	1.23	30.4	145	0.07	0	0	0.01	10	53	11.6	1.4	6-00.		
294	Чай с лимоном	200	0.07	0.01	15.31	61.62	0	2.8	0	0.01	6.25	3.54	2.34	0.29	5-56.		
															95-08.		

Составил шеф-повар Федорова Л.А.