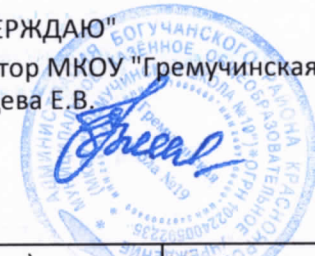




"УТВЕРЖДАЮ"
 Директор МКОУ "Гремучинская школа №19"
 Вьяльцева Е.В.



МЕНЮ

на __13 декабря__ 2024г.

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	Мq	Fe	
181	Жаркое по-домашнему	200	22.54	17.33	22.13	334.08	0.2	10.2	0.03	0.66	27.52	255	47.4	3.97	71-90.
	Хлеб пшеничный	60	3.9	1.23	30.4	145	0.07	0	0	0.01	10	53	11.6	1.4	7-26.
270	Чай	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	3.45	2	1.5	0.25	3-24.
366	Сыр порционно	20	4.64	5.9	0	72.8	0.006	0.12	0.03	0.09	140	140	6.6	0.16	18-92.
															101-32.

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	Мq	Fe	
181	Жаркое по-домашнему	220	22.54	17.33	22.13	334.08	0.2	10.2	0.03	0.66	27.52	255	47.4	3.97	82-48.
	Хлеб пшеничный	60	3.9	1.23	30.4	145	0.07	0	0	0.01	10	53	11.6	1.4	7-26.
270	Чай	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	3.45	2	1.5	0.25	3-24.
366	Сыр порционно	20	4.64	5.9	0	72.8	0.006	0.12	0.03	0.09	140	140	6.6	0.16	18-92.
															111-90.

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	Мq	Fe	
56	Суп-лапша домашняя	250	11.56	14	14.4	230.72	0.13	1.02	0.37	1.09	34.87	212.9	29.4	2.23	30-46.
227	Макароны	150	5.52	5.3	35.33	211.1	0.09	0	0.03	0.99	13.1	55.28	20.69	1.16	11-92.
212	Курица отварная	90	18.22	18.22	0.97	242.68	0.07	0.97	0.13	0.56	19.45	169.8	19.45	1.65	53-73.
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	2-08.
	Хлеб пшеничный	60	3.9	1.23	30.4	145	0.07	0	0	0.01	10	53	11.6	1.4	7-26.
285	Кофейный напиток	200	4.8	4.8	22	147.8	0.04	1.3	0.02	0.05	123.4	93.96	18	0.25	9-14.
															114-59.

Составил шеф-повар  Федорова Л.А.