"УТВЕРЖДАЮ"
И.о. директора МКОУ "Гремучинская школа№19"
Вяльцева Е.В.

МЕНЮ

на ____14 октября___ 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		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
112	Каша пшенная молочная	205	3.04	7.27	34.29	227.16	0.21	1.31	0.05	0.17	133.1	185.4	47.34	1.21	18-82.
	Какао	200	4.8	4.8	22	147.8	0.04	1.3	0.02	0.05	123.4	93.96	18	0.25	12-60.
139	Яйцо отварное	1шт.	5.08	4.6	0.28	62.8	0.03	0	0.1	0.24	22	76.8	4.8	1	9-60.
	Хлеб пшеничный	30	1.95	0.62	15.2	72.5	0.04	0	0	0.01	5	26.5	5.8	0.7	3-63.
380	Бутерброд с маслом	1/20.	1.91	16.95	11.5	206.25	0.03	0	0.07	0.36	8.85	28.2	7.13	0.62	20-43.
															65-08.

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		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
112	Каша пшенная молочная	205	3.04	7.27	34.29	227.16	0.21	1.31	0.05	0.17	133.1	185.4	47.34	1.21	18-82.
380	Бутерброд с маслом	1/20.	1.91	16.95	11.5	206.25	0.03	0	0.07	0.36	8.85	28.2	7.13	0.62	20-43.
366	Сыр порционно	30	6.96	8.85	0	109.2	0.01	0.18	0.05	0.12	210	210	9.9	0.24	24-32.
	Какао	200	4.8	4.8	22	147.8	0.04	1.3	0.02	0.05	123.4	93.96	18	0.25	12-60.
	Хлеб пшеничный	30	1.95	0.62	15.2	72.5	0.04	0	0	0.01	5	26.5	5.8	0.7	3-63.
	Яйцо отварное	40	5.08	4.6	0.28	62.8	0.03	0	0.1	0.24	22	76.8	4.8	1	9-60.
															89-40.

Обед

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)				Цена
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
	Суп куриный с макарон.издел	250	10.07	5.5	21.94	177.9	0.16	10.3	0.28	0.74	29.82	178.8	43.5	2.91	18-07.
	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	71-50.
	Хлеб пшеничный	60	3.9	1.23	30.4	145	0.07	0	0	0.01	10	53	11.6	1.4	7-26.
	Сыр порционно	30	6.96	8.85	0	109.2	0.01	0.18	0.05	0.12	210	210	9.9	0.24	24-32.
	Какао	200	2.1	1.9	12.9	80.3	0.03	0.33	8.3	0.05	0	0	0	0	12-60.
															133-75.

Составил шеф-повар _____ Федорова Л.А.