



"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МКОУ "Гремучинская школа №19"

Вяльцева Е.В.



МЕНЮ

на 19 марта 2025г.

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	
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	23-63.
192	Печень по-строгановски	110	13.4	14	5.3	200.5	0.17	9.9	3.8	6.34	31	221	14	4.6	63-55.
	Хлеб пшеничный	60	3.9	1.23	30.4	145	0.07	0	0	0.01	10	53	11.6	1.4	7-26.
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	5-39.
															103-94.

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	
241	Картофельное пюре	180	4.27	8.08	31.07	213.95	0.19	7.19	0.07	0.27	53.28	117.4	37.11	1.35	27-74.
192	Печень по-строгановски	110	13.4	14	5.3	200.5	0.17	9.9	3.8	6.34	31	221	14	4.6	63-55.
	Хлеб пшеничный	60	3.9	1.23	30.4	145	0.07	0	0	0.01	10	53	11.6	1.4	7-26.
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	5-39.
															103-94.

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	
67	Борщ со свежей капустой	250	6.44	7.47	14.43	142.31	0.06	5.75	0.21	1.35	37.62	97.46	24.61	1.68	35-65.
227	Макароны отварные	150	5.52	5.3	35.33	211.1	0.09	0	0.03	0.99	13.1	55.28	20.69	1.16	13-04.
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	63-26.
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	30	0.5	3.5	3.5	48.5	0.01	2.3	2.7	1.55	17	29	14	0.7	3-63.
300	Чай	200	0.12	0	12.04	48.64	0	0	0	0	3.45	2	1.5	0.25	3-39.
															121-05.

Составил шеф-повар

Федорова Л.А.