

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

МЕНЮ

на 20 мая 2025г.

Субвенция от 6 до 10 лет(завтрак)

№ ре- ц.	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			
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	13-04.		
	Рыба жареная	70	13.57	11.67	3.49	173.75	0.25	0.4	0.04	5.08	52.64	326.5	58.61	2.58	44-49.		
265	Соус томатный	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.		
283	Компот из сухофруктов	200	0.56	0	27.89	113.79	0.03	1.22	0.18	1.68	49.5	44.53	32.03	1.02	6-70.		
															73-57.		

Субвенция от 11 до 18 лет(завтрак)

№ ре.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность(ккал)	Витамины(мг)					Минеральные вещества(мг)					Цена
			Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Ca	P	Mq	Fe			
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	13-04.		
	Рыба жареная	70	13.57	11.67	3.49		173.75	0.25	0.4	0.04	5.08	52.64	326.5	58.61	2.58	44-49.		
265	Соус томатный	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.		
283	Компот из сухофруктов	200	0.56	0	27.89		113.79	0.03	1.22	0.18	1.68	49.5	44.53	32.03	1.02	6-70.		
																73-57.		

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	Ca	P	Mq	Fe	
62	Щи со свежей капусты	250	9.33	8.97	10.82	161.64	0.1	18.2	0.28	0.56	51.22	162.5	35.99	2.55	33-79.
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	80	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.
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	10-15.
															138-38.

Составил шеф-повар Федорова Л.А.

Составил шеф-повар

Федорова Л.А.