

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

МЕНЮ

на 21 мая 2025г.

Субвенция от 6 до 10 лет(завтрак)

№ реп.	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	Mq	Fe			
	Рис отварной	150	3.89	5.09	40.28	225.18	0.03	0	0.03	0.29	5.51	74.93	24.33	0.5	16-79.		
п/ф	Тефтели	60	9.16	13.53	9.44	196.14	0.07	1.5	0.11	0.63	59.29	144	21.23	1.63	45-57.		
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	1.95	0.62	15.2	73	0.04	0	0	0.01	5	26	5.8	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.		
															71-46.		

Субвенция от 11 до 18 лет(завтрак)

№ реп.	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			
	Рис отварной	150	3.89	5.09	40.28	225.18	0.03	0	0.03	0.29	5.51	74.93	24.33	0.5	16-79.		
п/ф	Тефтели	60	9.16	13.53	9.44	196.14	0.07	1.5	0.11	0.63	59.29	144	21.23	1.63	45-57.		
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	1.95	0.62	15.2	73	0.04	0	0	0.01	5	26	5.8	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.		
															71-46.		

Обед

№ реп.	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	Mq	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	18-15.		
	Рис отварной	150	3.89	5.09	40.28	225.18	0.03	0	0.03	0.29	5.51	74.93	24.33	0.5	16-79.		
	Котлета	90	11.02	12.45	7.52	186.09	0.06	0	0.01	0	9.69	113.4	17.9	0.98	52-42.		
	Соус	30	0.54	3.67	5.24	56.15	0.02	1.95	0.02	0.13	5.15	16.3	0.83	0.38	2-08.		
	Хлеб	60	3.9	1.23	30.4	145	0.07	0	0	0.01	10	53	11.6	1.4	7-26.		
	Сок	200	2	0.2	5.8	36	0.02	4	0	0.2	14	14	8	2.8	27-60.		
															124-30.		

Составил шеф-повар Федорова Л.А.

Составил шеф-повар

Федорова Л.А.