Ежедневное меню обучающихся в возрасте 7-11 лет

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ «Уральская СОШ»
_____ Усманова Д.Ж.

Дата: 22.03.2024
Сезон: осенне-зимний период
Неделя: первая
День: 5день

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые добавки (г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамины				Минералы				Цена
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	P	Кальций	Магний	Железо	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
ЗАВТРАК															
54-10г	Картофель отварной в молоке	150	4.5	5.5	26.5	173.7	0.12	11	2.4	1	67	12	27	1	14,42
54-14р	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	12.8	4.1	6.1	112.3	0.05	0	4.02	0	140	24	32	0	22,10
54-5соус	Соус молочный натуральный	20	0.7	1.5	1.9	23.8	0.01	0	3.17	0	19	25	3	0	16,04
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	2.9	11.2	86	0.00	0		0	0	6	18	0	5,12
Пром	Хлеб пшеничный	30	2.3	0.2	14.8	70.3	0.01	0	0.00	0	5	1	1	0	2,57
Пром	Хлеб ржано- пшеничный	20	1.3	0.2	7.9	39.1	0.01	0	0.00	0	6	1	1	0	1,16
	Итого:	520	25,5	14,4	68,4	505,2	0,2	11	9,58	1	237	69	82	1	61,41

Ответственный за питание: завхоз _____ А.Ж Лакпаева