

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ  
Директор И.И.

## Школьное меню для организации питания обучающихся.

21 сентября 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ- ая ценнос- ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		B1	C	A (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак старшие</b>														
Салат из белокочанной капусты 60(***); 6,11	60	1,27	2,70	6,15	53,64	0,02	12,97			35,29		12,32	0,46	
Рыба, припущененная в молоке 95(***); 79,14	95	17,50	11,60	2,70	186,00	0,14	1,22			53,51		28,35	0,62	
Картофельное пюре 180(***); 146,1	180	3,70	5,90	24,00	166,00	0,14	12,45			42,72		34,08	1,24	
Компот из смеси сухофруктов 200; 310	200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,29			14,62		8,50	0,92	
Хлеб пшеничный витаминизированный 60; 420,01	60	9,00	1,20	54,00	262,80	0,43							3,60	
Итого		31,97	21,50	118,05	789,44	0,80	26,93			146,14		83,25	6,84	
<b>Обед старшие</b>														
Суп картофельный с бобовыми и гренками 250/20(***); 65,07	250	7,90	4,30	31,50	199,00	0,22	4,66			32,23		39,84	2,30	
Фрикадельки мясные 24; 66	24	3,39	2,79	2,46	48,60									
Плов из отварной говядины 250(***); 120,06	250	3,39	2,79	2,46	48,60									
Напиток яблочный 200; 320	200			23,50	89,00	0,05	12,48			75,35		51,38	1,01	
Хлеб рж-пшеничный витаминизированный 70; 421,03	70	5,04	1,26	30,10	146,30	0,11	5,95						2,52	
Итого		16,33	8,35	87,56	482,90	0,38	23,09			107,58		91,22	5,83	

Начальник ОДДП