

Старикова М.Т.

И.П. Круглий



Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 декабря 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак (горячее бесплатное питание 7-11 лет)														
Плов из мяса птицы; 131,01	150	14,33	19,29	31,36	356,62	0,09				18,68	152,33	35,24	1,26	
Чай витаминизированный; 282,15	200			9,40	38,50	0,25								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 420,02	40	3,20	0,40	22,00	104,00	0,14			0,60	8,00	26,00	5,60	1,00	
Яблоко; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03				17,60	12,10	9,90	2,42	
Итого		17,97	20,13	80,03	573,92	0,51			0,60	44,28	190,43	50,74	4,68	104,69
Обед (горячее бесплатное питание 7-11 лет)														
Рассольник с перловой крупой и сметаной; 54,04	205	1,54	4,97	10,15	91,79	0,04				18,56	50,69	14,42	0,52	
Котлеты, биточки мясные с томатным соусом; 445,12	90	10,78	10,75	12,12	188,95					5,76	5,39	2,88	0,15	
Макаронные изделия отварные с маслом; 211,05	155	6,34	4,52	37,08	214,49	0,09				15,59	47,18	8,66	0,88	
Чай витаминизированный; 282,15	200			9,40	38,50	0,25								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,29	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Хлеб ржано-пшеничный для детского питания; 1,2	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12				8,70	39,00	12,60	0,90	
Мандарины; 140,5	80	0,64	0,16	6,00	30,40	0,05				28,00		8,80	0,08	
Итого		24,10	21,00	105,05	708,13	0,65				82,61	161,76	51,56	3,28	115,51