

## Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 сентября 2024 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак ( горячее бесплатное питание 7-11 лет )</b>														
Гуляш из мяса птицы (филе Цб); 233,97	70	10,81	14,02	2,65	179,52	0,05		25,64		13,33	83,62	11,68	0,78	
Кисель с мясом и маслом; 175,39	165	5,08	4,05	22,01	156,25	0,17		23,30		11,04	120,70	80,11	2,70	
Чай с лимоном и сахаром; 285,05	207			9,98	39,90			0,14		3,10	1,54	0,84	0,07	
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания; 1,1	30	2,40	0,30	16,50	78,00	0,10				6,00	19,50	4,20	0,75	
Кекс; 383,45	28	0,50	1,70	5,20	34,70									
<b>Итого</b>		<b>18,79</b>	<b>20,97</b>	<b>57,24</b>	<b>488,37</b>	<b>0,32</b>		<b>49,08</b>		<b>33,47</b>	<b>225,36</b>	<b>96,83</b>	<b>4,30</b>	<b>90,31</b>
<b>Обед ( горячее бесплатное питание 7-11 лет )</b>														
Щи из свежей капусты со сметаной; 53,39	205	1,64	4,15	7,57	74,96	0,05		167,27		33,58	38,47	16,71	0,61	
Плов из мяса птицы; 131,01	150	14,33	19,29	31,36	356,62	0,09		206,70		18,68	152,33	35,24	1,26	
Чай витаминизированный ; 282,11	207			9,98	39,90	0,15								
Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания ; 1,27	35	2,80	0,35	19,25	91,00	0,12				7,00	22,75	4,60	0,88	
Алеба ржано-пшеничный для детского питания ; 1,2	30	2,40	0,30	16,50	80,00	0,12				6,70	39,00	12,60	0,90	
Яблоко ; 38,85	110	0,44	0,44	17,27	74,80	0,03		5,50		17,60	12,10	9,90	2,42	
<b>Итого</b>		<b>21,61</b>	<b>24,53</b>	<b>99,05</b>	<b>702,78</b>	<b>0,56</b>		<b>379,47</b>		<b>85,56</b>	<b>264,65</b>	<b>79,35</b>	<b>6,07</b>	<b>101,13</b>