

**Питание для начальной школы и  
льготных категорий обучающихся**

**Меню**

на 7 Ноября 2022 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность				Витамины			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг
173/2011	<b>каша манная молочная с маслом</b> вода, молоко, крупа манная, сахар, масло слив, соль							
185	5.1	9.0	35.6	244.7	48.8	0.1	1.0	0.4
6/2011	<b>Бутерброд с колбасой п/к</b> Хлеб, колбаса							
35	3.8	6.0	9.7	110.3	0.0	0.1	0.0	0.4
376/2011	<b>Чай с сахаром</b> Сахар, чай							
200/10	0.5	0.0	9.5	40.0	0.0	0.0	0.3	0.0
	<b>конфеты терское изделие</b>							
1шт	0.3	0.0	22.3	129.0	0.0	0.0	0.0	0.0

Итого:

9.7	15.1	77.1	524.0	48.8	0.1	1.2	0.8
-----	------	------	-------	------	-----	-----	-----

Обед

Выход	Пищевая ценность				Витамины			
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг

98/2011	<b>Суп крест ьянски й с крупой и сметан ной</b> Капуста, картофель, круп перловая,л ук репка, масло р., морковь,со ль, сметана	200	2.2	2.2	11.7	72.5	0.0	0.0	8.0	1.7
269/2011	<b>Виточ ки особы е с соусом</b> Свинина, мясо куриное,со ль,хлеб пш,масло раст,сух пан,соус том.	80	8.0	6.5	8.7	162.0	12.1	0.1	0.4	0.1
302/2011	<b>Каша гречне вая рассы пчата я</b> Круп гречневая, масло сл, соль	100	5.9	2.7	26.6	154.6	0.0	0.1	0.0	0.0
376/2011	<b>Чай с сахаро м</b> Сахар, чай	200/10	0.5	0.0	9.5	40.0	0.0	0.0	0.3	0.0
	<b>Хлеб ржано й</b>	30	3.4	0.7	18.7	99.0	0.0	0.4	0.0	0.2
<b>Итого:</b>		<b>20.0</b>	<b>12.2</b>	<b>75.0</b>	<b>528.1</b>	<b>12.1</b>	<b>0.6</b>	<b>8.7</b>	<b>2.0</b>	

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог \_\_\_\_\_ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

Калькулятор \_\_\_\_\_ /Лукьянец Т.И./

ектор школы

Мин. вещества			
Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг
112.7	17.1	99.4	0.4
8.5	21.2	36.9	0.8
13.6	11.7	22.1	2.1
10.7	2.7	5.5	0.5

145.5	52.6	163.8	3.8
-------	------	-------	-----

Мин. вещества			
Са, мг	Ма, мг	Р, мг	Fe, мг

39.4	21.2	178.0	0.6
13.7	18.9	94.0	1.4
9.7	93.3	140.0	3.3
13.6	11.7	22.1	2.1
6.3	17.1	45.0	1.1

82.8	162.2	479.1	8.6
------	-------	-------	-----