Меню МАОУ "СОШ" рп Теплая Гора СП школа рп Бисер (дошкольная группа)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
			B1	C	A	Б	Ж	У	Ca	Mg	P	Fe	
15.02.23.													
Завтрак													
Каша геркулесовая	200	205	0.2	0.3	9	8	5	32	101	72	210	1.800	
Кофейн напиток	200	580			-	20	5	116			3	1.0	
Хлеб, масло	30\5	134	0.03	-	5	2	9	12	8	8	25	0.5	
Обед													
Суп гороховый	200	108	0.1	5.600	50	4	6	10	45	24	69	1.800	
Котлета куриная	70	111	0.06	0.05	12	12	2	1.400	14	39	0.09	0.9	
Капуста тушеная	100	99	0.05	22.янв	40	2.600	5.800	9.800	61.5	25.400	49.5	1	
Компот кураги	200	62	0.02	0.4	159	1.400	-	13.600	52.5	30	38	1	
Хлеб ржаной	60	95	0.02	0.1	-	2		18	83	27	85	2.400	
Ужин										-	-		
Биточки мианные	**130\20**	192	0.05	0.8	9	**4**	**8.100**	**27**	83	21.800	104	0.6	
Чай	**200**	**56**				**0.2**		**14**	**6**	**3**	**4**	**0.4**	
Вафли	25	135	0.01	-	1	1	7.500	16	2.0	1.500	10	0.1	
итого	1420	1777	0.54	29.35	285	57	48.4	279	456	251.7	597.6	11.500	

Директор школы Н.А.Толокнова