Меню МАОУ "СОШ" рп Теплая Гора СП школа рп Старый 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	
28.03.2023.													
Завтрак													
Каша пшенная	200	198	0.13	0.13	54	7	8	24	161	40	180	1	
Какао	200	154	0.08	0.4	102	7	5	20	228	46	210	1.0	
Хлеб, масло	30\5	134	0.03	-	5	2	9	12	8	8	25	0.5	
Обед													
Суп рыбный	200	99	0.01	2.500	4	5	6	4	6	4	9	0.15	
Кнели куриные	70\30	143	40	2	0.12	12	8	6	59	21	166	1.0	
Вермишель	100	98	0.04	-	-	3	0.4	20	9.0	7	7	0.4	
Компот с\фр	200	45	0.02	1	17	0.6	0.2	10.200	30.0	15	20	0.5	
Хлеб ржаной	60	95	0.02	0.1	-	2		18	83	27	85	2.400	
Ужин										-	-		
Сырники творожные	**130\20**	311	0.08	5	26	**11**	**9**	**50**	87	26	143	1.600	
Чай	**200**	**56**				**0.2**		**14**	**6**	**3**	**4**	**0.4**	
Печенье	25	162	0.1	-	-	2.600	6.400	23				1	
итого	1450	1495	40.5	11.130	208.1	52.4	52	201.2	677	197	849	9.950	

Директор школы Н.А.Толокнова