Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

14.10.2022 (1 ступень)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				B1	C	A	Б	Ж	У	Ca	P	Mg	Fe	
14.10.2022г, 1 ступ														
обед														
Рассольник	200	21,86	118		13	32	5	7	13	32	60	45	4	51
Макароны отварные	150	6,41	150			80	10	12	65	29	84	15	1	227
Кисель витаминиз.	200	8,60	109		24				27	60				274
Хлеб пшеничный	50	2,65	118				4	1	24	12	44	17	1	13 002
Котлета мясная	90	34,14	438			57	25	27	21	21	266	43	3	189
Салат с зелен.горош	100	9,57	405		40	166	13	24	34	64	258	58	4	
Всего	790	83,23	1338		77	335	57	71	184	218	712	178	13	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора Н.А.Толокнова

Ежедневное меню
СП МАОУ «СОШ» р.п. Теплая Гора школы в р.п. Сараны

14.10.2022 (2 ступень)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				B1	C	A	Б	Ж	У	Ca	P	Mg	Fe	
14.10.2022г, 2 ступ														
обед														
Рассольник	250	21,86	147		17	40	7	9	17	40	75	31	5	51
Макароны отварные	180	6,41	180			97	12	15	78	35	101	18	2	227
Кисель витаминиз.	200	8,60	109		24				27	60				274
Хлеб пшеничный	50	2,65	118				4	1	24	12	44	17	1	13 002
Котлета мясная	120	34,14	585			76	34	37	28	28	355	58	5	189
Салат с зелен.горош	100	9,57	405		40	166	13	24	34	64	258	58	4	
Всего	900	83,23	1544		81	379	70	75	208	239	833	182	17	

Директор МАОУ «СОШ» р.п.Теплая Гора Н.А.Толокнова