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

18.01.2023 (1 ступень)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
18.01.2023г, 1 ступ														
обед														
Щи из свежей капусты	200	19,71	138		26	24	2	7	8	102	84	46	4	66
Кнели из кур с рисом	90	27,84	205		1	18	13	15	6	10	27	18	1	208.01
Каша гречневая рассыпчатая	100	9,20	179			30	6	6	26	11	138	92	3	219
Какао с молоком	200	13,86	182		1		5	4	31	7	143	38	1	270
Хлеб пшеничный	50	2,80	118				4	1	24	12	44	17	1	13 002
Апельсин	140	18,35	43		1		1		8	34	23	13		13016.03
Всего	780	91,76	865		29	72	31	33	103	176	459	224	0	

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

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

18.01.2023 (2 ступень)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Цена (руб)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Пищевые вещества(мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры блюда
				В1	С	А	Б	Ж	У	Са	Р	Mg	Fe	
18.01.2023г, 2 ступ														
обед														
Щи из свежей капусты	250	27,05	140		30	28	6	8	11	113	99	52	5	66
Кнели из кур с рисом	100	30,63	264		2	23	16	19	8	13	35	24	1	208.01
Каша гречневая рассыпчатая	150	10,20	269			44	9	8	39	16	207	138	5	219
Какао с молоком	200	13,86	182		1		5	4	31	7	143	38	1	270
Хлеб пшеничный	50	2,80	118				4	1	24	12	44	17	1	13 002
Апельсин	140	18,35	43		1		1		8	34	23	13		13016.03
Всего	890	102,89	1115		34	95	41	40	121	195	551	282	13	

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