

**Меню на «б» ноября 2024 г.**

Для 1-4 классов

№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
<b>2-й день</b>											
<b>Обед</b>											
71	Салат из свеклы	60	0,6	4,1	2,1	47,70	0,02	0,04	9,40	24,10	0,50
23	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,64	13,71	87,22	0,23	0,21	0,00	47,59	1,27
68	Гуляш говяжий с подливом	90	12,40	15,31	4,51	205,43	0,20	0,24	11,24	39,10	3,42
4	Гарнир каша рассыпчатая гречневая	150	6,52	0,78	34,88	172,62	0,12	0,06	0,00	18,00	2,40
32	Чай сладкий	200	0,12	0,00	10,00	40,48	0,00	0,00	0,00	12,00	0,80
28	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,24	9,04	44,00	0,02	0,01	0,00	4,00	0,22
29	Хлеб ржаной	30	2,18	0,51	11,00	57,31	0,03	0,01	0,00	5,40	0,87
73	Банан	100	1,50	0,50	21,00	94,50	0,03	0,07	8,70	5,00	0,26
	<b>Итого за 2 день</b>	<b>870</b>	<b>26,88</b>	<b>24,08</b>	<b>106,25</b>	<b>749,25</b>	<b>0,65</b>	<b>0,64</b>	<b>29,34</b>	<b>155,19</b>	<b>9,74</b>

Для 5-11 классов

№ рецептур ы	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
<b>2-й день</b>											
<b>Обед</b>											
65	Салат из свеклы	80	0,69	4,09	2,09	47,93	0,016	0,016	4,4	18,4	0,48
23	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	0,92	3,30	17,14	101,94	0,29	0,26	0,00	59,48	1,58
68	Курица тушеная в томатном соусе	100	10,00	13,75	6,25	188,75	0,21	0,09	0,72	19,00	1,11
4	Гарнир каша рассыпчатая гречневая	180	7,17	1,49	44,09	218,43	0,144	0,072	0,0	21,6	2,88
32	Чай сладкий	200	3,19	3,38	19,25	120,19	0,04	0,15	1,3	122,05	0,56
28	Хлеб пшеничный	20	1,42	0,24	9,04	44,00	0,022	0,006	0,0	4,0	0,22
29	Хлеб ржаной	30	2,18	0,51	11,00	57,31	0,027	0,009	0,0	5,4	0,87
	<b>Итого за 2-й день</b>	<b>860</b>	<b>25,57</b>	<b>26,76</b>	<b>108,87</b>	<b>778,55</b>	<b>0,75</b>	<b>0,60</b>	<b>6,42</b>	<b>249,93</b>	<b>7,70</b>