

*Меню на «12» ноября 2024 г.  
Для 1-4 классов*

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
<b>6-й день</b>											
<b>Обед</b>											
71	Салат морковный	60	1,65	5,4	2,006	63,22	0,02	0,04	9,40	24,10	0,50
24	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	200	3,80	0,40	11,40	64,40	0,06	0,02	2,80	22,60	0,90
11	Плов из птицы	240	13,59	16,01	66,80	505,82	0,07	0,07	0,92	46,92	1,84
31	Чай с молоком	200	1,40	1,20	2,80	27,60	0,00	0,02	4,40	22,00	0,20
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
35	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,02	0,03	10,00	6,00	0,13
	<b>Итого за 6-й день</b>	<b>870</b>	<b>24,43</b>	<b>24,16</b>	<b>112,85</b>	<b>806,75</b>	<b>0,22</b>	<b>0,19</b>	<b>27,52</b>	<b>131,02</b>	<b>4,66</b>

*Для 5-11 классов*

№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
<b>6-й день</b>											
<b>Обед</b>											
65	Салат морковный	80	0,69	4,09	2,09	47,93	0,016	0,016	4,4	18,4	0,48
24	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	250	4,75	0,50	14,25	80,50	0,075	0,025	3,5	28,25	1,125
11	Плов из птицы	280	15,03	18,01	44,15	398,80	0,084	0,084	1,12	57,12	2,24
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
31	Чай с молоком	200	1,40	1,20	2,80	27,60	0,00	0,02	4,40	22,00	0,20
	<b>Итого за 6-й день</b>	<b>860</b>	<b>25,47</b>	<b>24,55</b>	<b>83,33</b>	<b>656,13</b>	<b>0,22</b>	<b>0,16</b>	<b>13,42</b>	<b>135,17</b>	<b>5,14</b>