

СПДС «Солнышко» ГБОУ СОШ с.Новая Бинарадка

Утверждено И.О. директора школы
А.С.Кирдянова

Меню на 12.09.2022



№п/п	Наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	Энергетическая ценность	Вит. В1	Вит. В2	Вит. В6	М.В. Са	М.В. Fe
254	Творожная запеканка с яблоками	200	18.790	12.995	20.55	269.175	0.082	0.080	0.920	228.00	0.992
151	Кофейный напиток на молоке	180	3.405	2.995	18.67	110.59	0.054	0.233	1.76	165	0.354
	Батон пшеничный	30	2.14	6.61	12.79	119	0.04	0.03		8.14	0.54
	Всего за завтрак:		12.204	15.919	67.48	452.778	0.216	0.612	4.758	450.5	1.457
	Обед: чеснок	3	0.000	0.000	0.410	1.538	0.003	0.001	0.500	1.550	0.004
	Огурец консервированный	40	0.25		1.43	36.5	0.02	0.03	14.94	19.84	0.52
34	Суп картофельный с горохом	250	5.49	5.27	16.32	134.75	0.22	0.07	5.81	38.07	2.02
146	Запеканка из капусты и отварного мяса	200	16.809	16.551	23.950	306.005	0.152	0.321	90.47	157.400	3.717
511	Компот из сухофруктов	180	0.269	0.077	21.370	81.911	0.005	0.015	1.200	16.400	0.306
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	70.5	0.05	0.02		6.9	0.6
	Всего за обед:		20.921	53.96	60.999	666.853	0.269	0.286	46.415	190.81	7.3
	Уплотненный полдник.										
106	Суп молочный с вермишелью	250	7.160	8.222	30.642	217.544	0.130	0.372	3.128	292.400	0.583
5	Чай с лимоном	180	0.13	0.05	12.9	46.29	0.006	0.007	2.34	5.61	0.56
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.3	14.49	70.5	0.05	0.02		6.9	0.6
	Всего за полдник:		9.566	12.675	49.69	512.734	0.139	1.19	0.75	260.2	26.18
	Всего за день:		48.544	84.825	232.59	1664.969	0.741	2.33	95.053	1.098.91	37.58