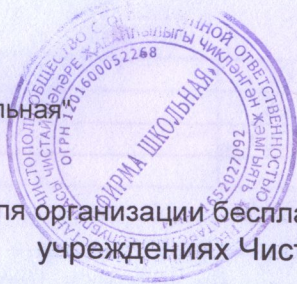


"Утверждаю"
 ООО "Фирма Школьная"



"Согласовано"
 МБОУ СОШ «Средняя общеобразовательная школа №4»



Меню для организации бесплатного горячего питания в общеобразовательных учреждениях Чистопольского района на 2023/2024 учебный год

№	Прием пищи / Наименование блюд	Масса порций блюд, в гр.	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность (ккал)	ВитА, мг	ВитВ1	ВитЕ, м	ВитС,	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
21 сентября 2023														
Завтрак														
1	Свекла отварная	60	1,8		10,8	49								
2	Макаронные изделия с мясом и маслом	200/5	6,86	6,58	30	306,66	0,03	0,23	0,1	0	12,72	163	88	163
3	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0	0,014	0,33	0	6	19,5	4,2	0,33
4	Хлеб ржанопшеничный	20	1	0,2	9	41,8	0	0,014	0,108	0	2,76	12,72	3	0,37
5	Чай с сахаром	200/10	0,021	0,005	14,98	60	0	0	0	0	0,45	0	0	0,05
Итого за завтрак:			21,581	18,64	90,68	527,78	0,64	0,358	1,078	0,2	375,21	465,98	120	166
Цена:		61,93												
22 сентября 2023														
Завтрак														
1	Гарнир гречневый с морковью	150/5	5,47	6,37	34,34	204	0,03	0,09	0,02	0	11,81	47,64	8,36	0,85
2	Котлеты "Голландские" с соусом	90/20	11	10,5	9,78	180	0,012	0,01	0,13	1,62	19,87	151	18,9	2,62
3	Хлеб пшеничный	20	2,28	0,24	14,76	70,32	0	0,014	0,33	0	6	19,5	4,2	0,33
4	Хлеб ржанопшеничный	20	1	0,2	9	41,8	0	0,014	0,108	0	2,76	12,72	3	0,37
5	Кисель	200	3,3	1,51	29,06	143,03	20,25	0,115	0,75	1,3	170,6	130	34	1,06
Итого за завтрак:			22,01	19,08	85,52	639,15	0,063	0,888	1,117	8,47	119,49	309,3	54,2	5,38
Цена:		61,93												
23 сентября 2023														
Завтрак														
1	Запеканка картофельная с мясом	220/5	6,86	6,58	28	398,8	0,05	0,13	0,16	1,3	339	166	39,7	0,81

