

Меню 1, 3 класс с.Тырышкино на 30 ноября 2020

Руков.структ.подразд

Т.В.Софронова

Прием пищи,наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	витамины,микроэлементы (мг)							
		Б	Ж	У		С	А	К	Ca	Fe			
<b>1 неделя</b>													
<b>понедельник</b>													
Салат из свежей капусты с маслом растит	60	1,2	3,0	7,2	57,6				33,8	0,6	151,8	463,8	0,6
Котлета рубленая из птицы	80	17,60	4,30	6,40	184,00				0,00	0,00	599,04	33,60	0,00
Рис отварной	150	4,00	6,00	39,00	229,00				0,00	0,00	55,00	11,00	1,00
Компот из кураги	200	1,00	0,00	31,00	123,00				1,00	1,00	36,00	32,00	1,00
Булочка «Оздоровительная»	50	4,00	2,00	24,00	120,00				0,00	0,00	46,00	8,00	0,00
<b>ИТОГО</b>		<b>27,80</b>	<b>15,30</b>	<b>107,60</b>	<b>713,60</b>				<b>34,80</b>	<b>1,60</b>	<b>887,84</b>	<b>548,40</b>	<b>2,60</b>