

МЕНЮ

МБОУ "СШ Вулканного ГП"

"

1

"

марта

20 24



завтрак														
возраст (лет)	наименование блюд	выход блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. цен-сть	Витамин В1 (мг)	Витамин В2 (мг)	Витамин С (мг)	Витамин А (мг)	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)
7-11	каша пшениное молочная	150	2,37	6,47	15,8	135,88	0,08	0,17	1,4	0,04	130	40,05	10,93	0,32
12-18		200	3,08	8,41	22,54	180,72	0,12	0,27	2,04	40,05	200,18	81,89	59,64	0,54
7-11	корж молочный	100	10,5	16,7	28,2	300	0,17	0,12	0	0	30	101	17	1,4
12-18		100	10,5	16,7	28,2	300	0,17	0,12	0	0	30	101	17	1,4
7-11	чай	200	0,2	0	0,15	58	0	0	0	0	12	8	6	8
12-18		200	0,2	0	0,15	58	0	0	0	0	12	8	6	8
7-11	хлеб	40	3,16	1,32	23,92	115,85	0,044	0,012	0	0	8	26	5,6	0,44
12-18		40	3,16	1,32	23,92	115,85	0,044	0,012	0	0	8	26	5,6	0,44
7-11														
12-18														
7-11														
12-18														

обед														
возраст (лет)	наименование блюд	выход блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. цен-сть	Витамин В1 (мг)	Витамин В2 (мг)	Витамин С (мг)	Витамин А (мг)	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)
7-11														
12-18														
7-11														
12-18														
7-11														
12-18														
7-11														
12-18														
7-11														
12-18														
7-11														
12-18														

Шеф-повар _____

Калькулятор _____

Фельдшер _____