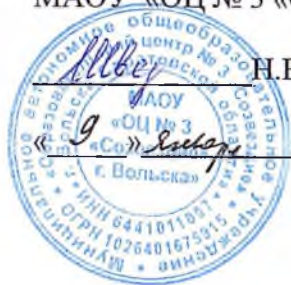


СОГЛАСОВАНО

Директор

МАОУ «ОЦ № 3 «Созвездие» г. Вольска»



Н.В. Шведова

2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель

Клочков Михаил Вячеславович



2024 г.

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

с 1-го по 4- классы

Неделя вторая
10 день

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	цена	выход	пищевые вещества			ЭЦ (ккал)	витамины				Минералы				Набор продуктов (брутто)
				Б	Ж	У		А	В1	Е	С	Са	Р	Fe	Mg	
	Обед:															
87	Суп " лапша " на курином буль	25.9	1/250	6.89	8.4	10.7	247.8	0.01	0.01	0.6	10.9	47.8	71.8	1.05	29.5	
227	Минтай с овощами	30.60	1/110	10.7	10.8	13.4	242.2	0.4	0.08	0.37	3.12	18.7	97.2	0.98	12.4	
302	Картофель тушеный	22.61	1/220	3.9	6	23.6	205.3	0.02	0.1	0	0.1	8.9	81.7	0.8	19.4	
349	Компот из сухофруктов	15.60	1/200	1.6	0.3	47.26	196.38	0.08	0.04	0.2	1.06	47.46	52.56	3.17	11.2	
	Хлеб пшеничный	7.11	1\60	1.8	0.7	21.1	118	0.07	0.05	0.34	1.93	220.5	43.5	0.4	16.5	
	Итого обед	101.82														
	Дополнение к обеду сок Т/п			24.8	26.2	116.3	1009.7	0.22	0.28	1.51	17.11	343.36	346.26	6.4	89	
	Итого за день:						42.90%									