

## МЕНЮ НА 20 МАЯ 2021 ГОДА

### ЗАВТРАК с 1 по 4 классы

№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У		Са	Mg	Fe	P					В <sub>1</sub>	С
Завтрак																
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,55	2,88	19,15	112,91	0,04	0,08	15,70	0,44	12,99	28,39	0,03	0,05		
72	Омлет	150	6,4	7,8	2,6	106	0,03	19,74	100	0,24	22	76,8	4,8	1		
382	Какао с молоком	200	3,59	2,85	16,70	108,04	0,04	1,17	18,12	0,01	113,12	107,20	29,60	1,01		
1	Бутерброд с маслом	40/10	2,34	5,6	16,92	131,6	201	17,42	0,46	80,6	0,04	0,03	0,07	0,51		
	Апельсин	300														
	<b>Итого за Завтрак</b>		<b>13,53</b>	<b>26,93</b>	<b>48,82</b>	<b>414,40</b>	<b>226,67</b>	<b>50,23</b>	<b>118,79</b>	<b>204,05</b>	<b>135,17</b>	<b>192,86</b>	<b>34,50</b>	<b>2,57</b>		

Директор



В.А. Смирнова

### ЗАВТРАК с 5 по 11 классы

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		Са	Mg	Fe	P					В <sub>1</sub>
Завтрак															
	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,55	2,88	19,15	112,91	0,04	0,08	15,70	0,44	12,99	28,39	0,03	0,05	
72	Омлет	150	6,4	7,8	2,6	106	0,03	19,74	100	0,24	22	76,8	4,8	1	
382	Какао с молоком	200	3,59	2,85	16,70	108,04	0,04	1,17	18,12	0,01	113,12	107,20	29,60	1,01	
1	Бутерброд с повидлом	40/25	-	-	16,92	131,6	201	17,42	0,46	80,6	0,04	0,03	0,07	0,51	
	<b>Итого за Завтрак</b>		<b>13,53</b>	<b>26,93</b>	<b>48,82</b>	<b>414,40</b>	<b>226,67</b>	<b>50,23</b>	<b>118,79</b>	<b>204,05</b>	<b>135,17</b>	<b>192,86</b>	<b>34,50</b>	<b>2,57</b>	

Директор



В.А. Смирнова

