

МЕНЮ

МБОУ "СП Вулканного ГП"

5

20 23

завтрак														
возрас т (лет)	наименование блюд	выход блюда	белки	жиры	углевод	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	биточки из феле куриного	75	14	17,13	8,95	105,78	0,00	0,15	0,15	0	45,5	106,25	24	1,5
12-18		100	18,66	17,26	11,87	222,44	0,08	0,2	0,15	0	60,85	153,6	31,92	1,8
7-11	рис отварной	150	3,75	6,15	38,55	228	0,03	0,015	0	0	15	76,5	27	0,5
12-18		180	4,5	7,38	46,26	273,6	0,036	0,018	0	0	18	91,8	32,4	0,72
7-11	горошек зеленый	30	0,6	0,45	1,26	12	0,012	0,012	1,56	0	3,12	9,672	3,276	0,108
12-18		30	0,6	0,45	1,26	12	0,012	0,012	1,56	0	3,12	9,672	3,276	0,108
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	кофейный напиток на молоке	200	2,5	3,6	28,7	152	0,02	0,08	0,4	0	60	50	0	0
12-18		200	2,5	3,6	28,7	152	0,02	0,08	0,4	0	60	50	0	0
7-11														
12-18														

обед														
возрас т (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 _____