

МЕНЮ

МБОУ "СПШ Вулканного ГП"

" 22 "

МБОУ
СПШ Вулканного
ГП
февраль

20 24

завтрак														
возраст (лет)	наименование блюд	выход блюда	белки	жиры	углеводы	Энерг. ценность	Витамин В1 (мг)	Витамин В2 (мг)	Витамин С (мг)	Витамин А (мг)	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)
7-11	каша рисовая молочная	150	2,37	6,47	15,8	132,38	0,08	0,17	1,4	0,04	136,6	118	19,57	0,32
12-18		200	3,08	8,41	22,54	180,72	0,12	0,27	2,04	40,05	200,18	181,84	59,64	0,54
7-11	плюшка сдобная	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. ценность	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 _____