

СОГЛАСОВАНО:

Директор МОУ СОШ № 2



Мурашова О.В.

д.п. Сенной

УТВЕРЖДАЮ:

Индивидуальный предприниматель

Клочков Михаил Вячеславов

«1» сентября 2022 года



Примерное 10- дневное меню

Неделя вторая

10 день

№ рецепт уры	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	9,00	1/250	6,89	9,23	14,32	134,1	0,46	0,04	0,6	3,64	18,12	45,2	0,51	3,57	
227	Минтай с овощами	19,3	1/80/20	14,52	10,6	0,4	89,9	0	0,05	0,37	4,31	49,25	56,24	0,91	33,72	
302	Картофель тушеный	12,3	1/100	12,46	6,8	15,2	265	1,68	0,07	0	8,67	27,7	286,6	4,06	55,4	
349	Компот из сухофруктов	6,9	1/200	1	0,06	27,5	110	0,08	0,02	0,2	4	14	17	0,8	18	
	Хлеб пшеничный	5,20	2/40	6,56	0,96	33,6	169,28	0	0,13	0,34	0	0,01	35,1	1,05	14,1	
	Кондитерские изделия	24,55	1/40	27,41	18,64	93,01	708,3	2,94	0,45	1,44	37,41	95,97	479,45	7,26	113,47	
						30	138%									
	Итого за день:			57	44	199	1401,2									