



**МЕНЮ на 14.04.2023 г**

**для обеспечения питанием детей в МБОУ НОШ а. Эржей.**

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	
53	9.7	Салат из свеклы с зеленым горошком	60	1	2,51	4,91	46,26	0,03	5,88	0	0	0	16,76	11,14	25,18	0
112	10.3	Манник со сгущенным молоком	100/40	10	15	95	271	0	0,2	0	0	0	37,96	0	15,56	1,28
12.4.1	10.7	Хлеб пшеничный	100	10,67	4,53	47,5	274	0,4	0,2	0	0,2	0	125	129	41	3,6
349	11.6	Компот из кураги	200	0,2	0	25,1	101,6	0	0,8	0	0,3	0	13,6	5	6,1	0,2
		Печенье	42	2,56	7,9	28,6	196,14	1,85	0	7,48	0	0	1,22	5,38	1,26	0
		<b>Итого за приём пищи:</b>		<b>24,43</b>	<b>29,94</b>	<b>201,11</b>	<b>889</b>	<b>2,28</b>	<b>7,08</b>	<b>7,48</b>	<b>0,5</b>	<b>7,48</b>	<b>194,5</b>	<b>150,5</b>	<b>89,1</b>	<b>5,08</b>

завтрак