

МЕНЮ НА 30 АПРЕЛЯ 2021 ГОДА

ЗАВТРАК с 1 по 11 классы

№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		Ca	Mg	Fe	P	B ₁	C	A	E
Завтрак														
492	Плов из птицы (курица)	50/150	14,5	13,86	25,09	285	71,2	43,2	1,24	64,7	0,18	0,28	0,08	1,69
382	Какао с молоком	200	3,59	2,85	16,70	108,04	0,04	1,17	18,12	0,01	113,12	107,2	29,60	1,01
	Апельсин	300	0,18	0,40	16,20	86	0,08	120		0,40	68	46	26	0,6
	Хлеб пшеничный / ржано-пшеничный	25/25	3,07	1,07	20,9	107,2	0,01	14,1	1,05	35,1	0,13	0	0	0,34
	Итого за Завтрак		21,34	18,18	78,89	586,24	71,33	178,47	20,41	100,21	181,43	153,48	55,68	3,64

Директор



В.А. Смирнова