

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ГАТИЦЕВСКИЙ ЛИЦЕЙ»
ГАТИЦЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МОУ «Гатицевский лицей»

О.И. Арзамасцева



Меню на 13.02.2024

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины(мг)			Минеральные элементы(мг)			№ тех. карты
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	В2	С	Са	Mg	Fe	
Обед (11-17 лет)												
Рассольник «Ленинградский»	250	2,4	5	15,7	123	0,08	0,06	6,71	23,04	23,18	0,86	56
Пюре гороховое	200/7	20,1	7,7	47,2	364	0,69	0,14	0	112,39	101,65	6,61	178
Биточки рубленые из птицы (паровые)	100/50	20,38	19,47	11,13	306,25	0,05	0,11	0,28	46,88	18,83	1,25	135
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	96,5	0,9	0,04	0	17,5	23,5	1,95	1.6
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,2	123	0,08	0,03	0	11,5	16,5	1	1.5
Какао с молоком витаминизированный	200	3,6	3,3	13,7	98	0,03	0,13	35	110,37	26,97	0,88	306
Салат «Школьный»	100	1,7	7,4	7,4	108	0,04	0,04	4,58	33,40	20,86	1,13	32
Итого:	840	36,61	23,18	122,44	1258,25	1,22	0,36	46,4	104,97	118,06	7,15	