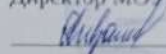


МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ТАТИЩЕВСКИЙ ЛИЦЕЙ»
ТАТИЩЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МОУ «Татищевский лицей»



О.И. Арзамасова

Меню на 08.10.2024

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции (гр) | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины(мг) | | | Минеральные элементы(мг) | | | № тех. карты |
|--|-------------------------|------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|--------------|-------------|-------------|-----------------------------|---------------|-------------|--------------------|
| | | Белки | Жиры | Углевод ы | | В1 | В2 | С | Ca | 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 | |