

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Татищевский лицей»
 Татищевского муниципального района Саратовской области

«УТВЕРЖАЮ»

Директор МОУ «Татищевский лицей»

О.И. Абрамаса



Меню на 04.03.2025

| № тех. карты | Минеральные элементы(мг) | Ca | Mg | Fe | Витаминь(мг) | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | Пищевые вещества | | | Жиры | Углеоды | Белки | Масса порции (г) | наименование блюда |
|--------------|--------------------------|--------|-------|-------|--------------|------|------|--------------|----------|--------------------------------|------------------|------|--------|--------|---------|-------|------------------|------------------------------------|
| | | | | | C | B2 | B1 | Витаминь(мг) | Щелочные | | Углеоды | Жиры | | | | | | |
| 56 | 23,18 | 23,04 | 46,88 | 18,83 | 0,06 | 0,11 | 0,08 | 6,71 | 0,14 | 0,09 | 0,14 | 0 | 112,39 | 101,65 | 6,61 | 178 | 250 | Расольник «Ленинградский» |
| 178 | 101,65 | 101,65 | 46,88 | 18,83 | 0,06 | 0,11 | 0,08 | 6,71 | 0,14 | 0,09 | 0,14 | 0 | 112,39 | 101,65 | 6,61 | 178 | 200/7 | Пюре гороховое |
| 135 | 1,25 | 18,83 | 46,88 | 18,83 | 0,06 | 0,11 | 0,08 | 6,71 | 0,14 | 0,09 | 0,14 | 0 | 112,39 | 101,65 | 6,61 | 178 | 100/50 | Биточки рыбные из пшени (паровые) |
| 1,6 | 1,95 | 23,5 | 46,88 | 18,83 | 0,06 | 0,11 | 0,08 | 6,71 | 0,14 | 0,09 | 0,14 | 0 | 112,39 | 101,65 | 6,61 | 178 | 50 | Хлеб ржаной |
| 1,5 | 1 | 16,5 | 46,88 | 18,83 | 0,06 | 0,11 | 0,08 | 6,71 | 0,14 | 0,09 | 0,14 | 0 | 112,39 | 101,65 | 6,61 | 178 | 50 | Хлеб пшеничный |
| 306 | 0,88 | 26,97 | 46,88 | 18,83 | 0,06 | 0,11 | 0,08 | 6,71 | 0,14 | 0,09 | 0,14 | 0 | 112,39 | 101,65 | 6,61 | 178 | 200 | Какао с молоком витаминизированный |
| 289 | 0,45 | 5,29 | 46,88 | 18,83 | 0,06 | 0,11 | 0,08 | 6,71 | 0,14 | 0,09 | 0,14 | 0 | 112,39 | 101,65 | 6,61 | 178 | 100 | Кургуз |
| 13 | 215,92 | 335,16 | 46,88 | 18,83 | 0,06 | 0,11 | 0,08 | 6,71 | 0,14 | 0,09 | 0,14 | 0 | 112,39 | 101,65 | 6,61 | 178 | 1,007 | Итого: |