

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «ТАТИШЕВСКИЙ ЛИЦЕЙ»
ТАТИШЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

«УТВЕРЖДАЮ»



Директор МОУ «Татишевский лицей»
О.И. Арамацеева

Меню на 13.05.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины(мг)			Минеральные элементы(мг)			№ тех. карты	
		Белки	Жиры	Углевод ы		B1	B2	C	Ca	Mg	Fe		
Обед (11-17 лет)													
Суп картофельный с клецками	250	2,6	2,7	15,8	102	0,08	0,06	4,60	13,85	17,67	0,76	64	
Плов из отварной курицы	250	39,7	48,8	39,4	764	0,11	0,24	0,95	40,45	64,12	3,62	139	
Салат из свеклы с морской капустой и растительным маслом	100	1,7	8,0	8,3	116	0,02	0,04	2,35	42,41	23,44	1,51	25	
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	
Компот из плодов или ягод сушеных с С- витаминизацией	200	1,2	0,1	29,5	127	0,02	0,04	0,16	34,67	21,70	0,73	309	
Итого:	900	52,45	60,7	133,9	1328,5	1,21	0,45	8,06	162,38	166,93	9,57		