

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Тарасинская средняя общеобразовательная школа



Приказ № 80/б от 20.09.2023

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ на 2023 - 2024 учебный год

Возрастная категория: 12 лет и старше

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: осенне-зимний

1 день Завтрак	№ рец	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углев		В	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
1	Каша манная на молоке со сливочным маслом	250	5,65	5,08	34,78	246,25	0,06	0	25	0	13,37	48,25	9,87	0,73
2	Чай с сахаром	181	8,9	3,06	26	58	0	6	0	0	11,6	4,12	6,5	0,34
3	Хлеб	685	4,27	1,47	25,49	150,05	0,13	0	0	0,34	0,01	35,9	14,3	1,06
4	Сыр (порциями)	42	4,64	5,9	0	72,8	0,01	0,14	32	0	176	100	7	0,2
5	Яблоко	368	0,8	0,8	20,6	88	0,06	20	0	0	32	22	18	0,6
6	Конфета шоколадная	40	0,8	5,26	11,84	98,2	0,06	0	0	4,6	56	190	198	3
	ИТОГО		25,06	21,57	118,71	713,3	0,32	26,14	57	4,94	288,98	400,27	253,67	5,93

Возрастная категория: 12 лет и старше

День: вторник

Неделя: первая