



Зав. филиалом
Н.В.Енькова

**Ежедневное меню
и пищевая ценность приготовляемых блюд для обучающихся в возрасте от 12 и старше лет в Круглинском филиале МБОУ Кочетовской СОШ
Мичуринского района на 2023-2024 учебный год**

День: суббота 18 мая 2024 год

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: от 12 и старше лет

№ рецепта	Прием пищи, наименование	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак (категория – «прочие», дети из малообеспеченных семей и др. льготных категорий)														
312	Каша гречневая	200	6,45	25,01	54,92	258	0,09	1,5	0,27	4,2	170,39	109,98	17,25	0,675
	Тушенка	50	5,12	8,88	0,6	102,8	0,088	0	0,004	0,12	1,16	71,2	8,8	0,68
638	Кисель	200	0,4	0	27,4	106	0	2,8	0	0,2	18	10	4	0,6
	Печенье	20	1,3	0,23	8,3	43	0,03	0	0	0,03	5	16	3,5	0,3
	Хлеб ржаной	50	6,6	1,2	38,5	228	0,2			27,4	25,2	208,8	68,4	4,3
	Итого		14,77	34,72	101,42	559,8	25,208	10,9	16,274	4,85	194,55	207,21	33,85	2,255
Завтрак (категория – дети из многодетных семей)														
312	Каша гречневая	200	6,45	25,01	54,92	258	0,09	1,5	0,27	4,2	170,39	109,98	17,25	0,675

	Тушенка	50	5,12	8,88	0,6	102,8	0,088	0	0,004	0,12	1,16	71,2	8,8	0,68
638	Кисель	200	0,4	0	27,4	106	0	2,8	0	0,2	18	10	4	0,6
	Печенье	20	1,3	0,23	8,3	43	0,03	0	0	0,03	5	16	3,5	0,3
	Хлеб ржаной	50	6,6	1,2	38,5	228	0,2			27,4	25,2	208,8	68,4	4,3
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	35	19,8	24	4,8	0	0,6	0,6	22
	Итого:		15,17	35,12	111,22	609,8	60,208	30,7	40,274	9,65	194,85	207,81	34,45	24,255