TREPHAANO TO THE PHAANO TO THE PHANO TO THE PHANOTO THE PHANOT

## Меню завтрака 1-4 классов на 22 декабря 2020 года

Минеральные вещества (мг)	Fe		0,54		1,15	0,86	0,63		0,42	1		3,60
	Mg	1	12		30,61	23,23	3,44		12,58	1		81,86
	Ь		15,6		130	64,29	3,44		33,14			247
	Ca		8,4		34,78	53,09	21		8,76	1		126
	ш	1	0,42		4	2,87	92,0		0,5	1		0,11 8,55
HSI (MF)	A		1		0,04	0,07	1		1			0,11
Витамины (мг)	C	1	10,5		0,27	17,87	100		1	1		128
	B1		0,036		0,04	60,0	0,01		0,04			0,23
Энергетическая		78	13,2		142	202,86	88,20		688	143,02		756,74
ества	Y	11,04	2,28		8,75	12,29	20,76		18,4	33,7		107,22
Пищевые вещества	×	2,4	0,12		7,21	11,70	0,28		0,38	0,7		21,85 22,87
Пище	P	2,8	99,0		7,76	2,53	89,0		3	4,34		21,85
Масса	r	100	09		80	150	200		38	63		
Прием пищи, наименование блюда		Йогурт фруктовый	Овощи натуральные	свежие (помидоры)	Котлета куриная	Рагу из овощей	Напиток из плодов	шиповника	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	витаминизированный	ИТОГО
№ реп.	сборнику 2017 г.	III	71		TK	TK	388		IIP	IIP		

## Дополнительный завтрак для 1-4 классов на 22 декабря 2020 год

7	
2,2	
6	
11	
16	
0,2	
ı	
10	
0,03	
47	46,0
8,6	11,5
0,4	
0,4	
0,200	200
Фрукт свежий (яблоко)	Сок фруктовый
IIP	



## МЕНЮ на 22 декабря 2020 года

Наименование блюда	Macca	Белки,	Жиры, гр.	Углеводы,	Энергетическая
	порции, г	гр.		гр.	ценность, кк.
		200			
		_	11 классов		
Запеканка творожная	80/10	7,2	2,63	41,81	219,07
со сметаной					
Бутерброд с сыром	20/20	12,4	31,5	20	154,0
Чай с сахаром	185/15	0,07	0,2	15	60
			родленного дн		
Суп картофельный с	250	3,57	3,39	18,84	120,15
макаронными					
изделиями					
Биточки куриные	50	8,15	2,81	1,8	154
Гороховое пюре	100	9,1	3,43	20,66	149,9
чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15,0	60
Хлеб рж.	30	6,6	1,1	41,0	206
Хлеб пш.	20	7,5	2,8	50,5	253
			продленного		
Сдоба обыкновенная	50	1,94	1,18	13,07	71,00
Чай с сахаром	185/15	0,07	0,2	15	60
			горий (освобо	_	
Суп картофельный с	250	3,57	3,39	18,84	120,15
макаронными					
изделиями					
Биточки куриные	50	8,15	2,81	1,8	154
Гороховое пюре	100	9,1	3,43	20,66	149,9
чай с сахаром	185/15	0,07	0,02	15,0	60
Хлеб рж.	30	6,6	1,1	41,0	206
Хлеб пш.	20	7,5	2,8	50,5	253
Пол	ідник для ль	готных ка	тегорий (осво	божденные)	
Сдоба обыкновенная	50	1,94	1,18	13,07	71,00
Чай с сахаром	185/15	0,07	0,2	15	60