



**Меню для учащихся 5- 9 классов
ОСПФ МОУ «СОШ с. Октябрьский Городок имени Героя Советского Союза И.А. Евтеева» в с. Кармышка
на 12.02.2024 г.**

День 6															
№ рец	Выход блюда		Наименование блюд	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
	С 7 до 11 лет	С 11 лет и старше						Са	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
Обед															
50	60	80	Салат из отварной свеклы	1,25	5,48	8,7	89,08	31,3 5	9,61	0	0,4	0	0	0	11,8 9
114	250	300	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	5,49	5,28	16,33	134,75	38,0 8	35,3	87,1 8	2,0 3	0,23	0	0	5,81
328	150	180	Макароны отварные с мясом	27,53	7,47	21,95	265	31,1	65,7	3,37	4,0 3	0	0	0	8,71
495	200	200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,1 5	0,04	0,01	0,06	6,8
	50	60	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	40	50	Хлеб ржаной	2,6	0,6	22,15	107	14,5	11	45,5	0,8 5	0	0,07 5	0	0
	Итого			39,27	18,83	98,63	788,83	128, 43	146, 11	200, 18	7,9 6	0,27	0,13 5	0,46	33,2 1