



**Меню для учащихся 5- 9 классов
 ОСПФ МОУ «СОШ с. Октябрьский Городок имени Героя Советского Союза И.А. Евтеева» в с. Карамышка
 на 15.02.2024 г.**

День 9														
Обед														
№ рец	Выход блюда	Наименование блюд	белки	жиры	углевод ы	Энергетич еская ценность	Минеральные вещества				Витамины			
							Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
50	80	Салат из свежей моркови	1,2	6,1	11,2	104	24,4	34	49,5	0,6 4	0	0,05	0	3,1
93	300	Борщ с капустой на курином бульоне.	1,81	4,91	125,2 5	102,5	44,3 8	26,2 5	53,2 3	1,1 9	0	0,05	0,01	10,2 9
256	180	Макаронные изделия отварные	5,8	0,08	31	155	5,7	21	153	0,8	0	0,06	1,3	0,01 5
327	100	Гуляш из мяса кур	12	11	5	177	17	17	18	1	0	0	0	4,5
495	200	Компот из сухофруктов	0,6	0	16,5	128	7	8	20	0,1 5	0,04	0,01	0,06	6,8
	60	Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
	Итого		23,21	22,09	201,9 5	731,5	104, 88	122, 75	337, 23	4,2 8	0,04	0,22	1,77	24,7 05