

Утверждаю
 Директор МОУ «СОШ с. Октябрьский
 Городок имени Героя
 Советского Союза И.А. Евтеева»
 /И.Е. Котова/
 «19» 12 2023 г.

Меню для учащихся 5- 9 классов
МОУ «СОШ с. Октябрьский Городок имени Героя Советского Союза И.А. Евтеева» в с. Кармышка
на 19.12.2023 г.

Наименование продукта	День 2											
	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Минеральные вещества				Витамины			
					Ca	Mg	P	Fe	A	B	PP	C
Обед												
Салат из свеклы и зеленым горошком,	1	2,51	4,49	55,2	16,7 6	11,1 4	25,1 8	0,7 9	0	0,03	0	5,88
Картофельный суп с мясом (пшено)	2,18	2,84	14,29	91,5	24	26,6 5	67,7	0,9 6	0	0,11	0,00	8,25
Суп картофельный с луком	3,2	5,2	22,88	151,36	18	33	0	1,2	0	0	0,5	21,7 5
Салат рыбная	11,5	8,8	12	102	46	12,3	1,6	0,4	0,01	0,02	0	0,5
Пюре из фруктов	0,6	0	9,98	128	7	8	20	0,0 3	0,04	0,01	0,06	6,8
Хлеб пшеничный	1,8	0	13	65	6,4	16,5	43,5	0,5	0	0,05	0,4	0
Хлеб ржаной	2,6	0,6	22,15	107	14,5	11	45,5	0,8 5	0	0,07 5	0	0
	22,88	19,95	118,7 4	700,06	142, 66	118, 59	203, 48	4,7 3	0,05	0,29 5	0,96	43,8