

МБОУ «Ищерская СОШ» Меню на

06.02.2023г.

[illegible]

МБОУ «Ищерская СОШ» Меню на 07.02.2023г.

	Прием , пищи наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Жиры	Белки	Углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
	молочная гречневая каша	75,0	2,71	11,73	74,95	300								
	Сливочное масло	10	8,2	0,00	0,10	75	0,00	0,00	59		1,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	100	1	7,9	48,3	235								
	Чай с лимоном	100	0,00	0,2	5,06	20,63		0,80						
	Яблоко	100	0,5	1,5	21	94,5								

[illegible]

МБОУ «Ищерская СОШ» Меню на 10.02.2023г.

	Прием , пищи наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Жиры	Белки	Углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
	Суп молочный рисовый	200	1,02	4,82	16,83	132,4								
	Чай с лимоном	100	0,00	0,2	5,06	20,63		0,80						
	Хлеб пшеничный	100	1	7,9	48,3	235								
	Сливочное масло	10	8,2	0,00	0,10	75	0,00	0,00	59		1,00	0,00	0,00	0,00
	Яблоко	100	0,5	1,5	21	94,5								

МБОУ «Ищерская СОШ» Меню на 09.02.2023г.

[illegible]

[illegible]

МБОУ «Ищерская СОШ» Меню на 14.02.2023г.

	Прием , пищи наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Жиры	Белки	Углеводы		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
	молочная гречневая каша	75,0	2,71	11,73	74,95	300								
	Сливочное масло	10	8,2	0,00	0,10	75	0,00	0,00	59		1,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб пшеничный	100	1	7,9	48,3	235								
	Чай с лимоном	100	0,00	0,2	5,06	20,63		0,80						
	Яблоко	100	0,5	1,5	21	94,5								

МБОУ «Ищерская СОШ» Меню на 15.02.2023г.

[illegible]

МБОУ «Ищерская СОШ» Меню на 16.02.2023г.

[illegible]

[illegible]

МБОУ Ищерская СОШ Меню на 27.02.2023г

	Прием и, пищи наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Жиры	Белки	Углеводы		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
	Суп молочный рисовый	200	1,02	4,82	16,83	132,4								
	Чай с лимоном	200	0,1	0.03	9.5	39.02		0,80						
	Хлеб пшеничный	75	1	7,9	48,3	235								
	Сливочное масло	10	8,2	0.08	0.13	74.64	0,00	0,00	59		1,00	0,00	0,00	0,00
	Яблоко	100	0,5	1,5	21	94,5								

МБОУ «Ищерская СОШ» Меню на 28.02.2023г.

	Прием , пищи наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Жиры	Белки	Углеводы		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
	Гречка рассыпчатая	200	3,3	12,6	57,1	343								
	Чай с лимоном	200	0,1	0.03	9.5	39.02		0,80						
	Хлеб пшеничный	75	1	7,9	48,3	235								
	Сливочное масло	10	8,2	0,08	0,13	75	0,00	0,00	59		1,00	0,00	0,00	0,00
	Сосиски «Особые халяль»	50	28	18,2	0,4	252								