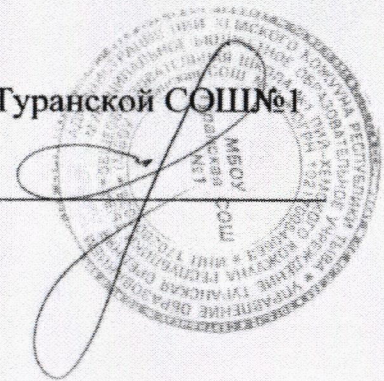


Утверждаю:

Директор МБОУ Туранской СОШ №1

Самохвалов С. А.



Примерное 10 – дневное меню для 1 – 4 классов.

Сборник к рецепту	№ технологической карты	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				белки	Жиры	углеводы		B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
1 день															
Сборник рецептур для детей 2010г.															
							807.2ккал								
	52	Суп картофельный со св.капустой на мясном бульоне	200	2.415	7.86	10.801	125.04	0.078	35.044	11	2.859	48.18	58.6	25.06	0.908
	123	Гречневая каша рассыпчатая	180	8.104	5.737	36.6	230.165	0.27	0	20	0.56	15.52	192.5	128.0	4.31
	639	Сарделька отварная	100	10.3	17.2	1.5	202	0	0	0	2.7		4.3	19	11
	281	Напиток ягодный вишневый	200	6.15	2.25	12.45	171	0	0	0	0	1.1	0.36	0	0
		Хлеб пшеничный	100	7.5	2.9	51.4	78.6	0.1	0	0	0	19	13	65	1

















