**Меню на «\_16\_\_»\_\_\_\_\_09\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2021г в МКОУ «Буршагская СОШ»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ре-цептуры** | **Наименованиеблюд** | **Масса** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети-ческаяценность** | **Витамины,мг** | | | **Минеральные вещества, мг** | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **В1** | **А** | **С** | **Са** | **Р** | **Mg** | **Fe** |
|  | **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1762011 | Каша рисовая вязкая с изюмом и маслом | 200\5 | 5,92 | 6,14 | 41,7 | 299,36 | 0,26 | 81 | 1,2 | 37,7 | 135,1 | 46,4 | 0,9 |
| 41/2  2005  4242005 | Сыр рассольный порционный | 10 | 2,32 | 2,95 |  | 36 | 0,01 | 39 | 0,11 | 13,2 | 79 | 5,25 | 0,15 |
| Яйцо отварное | 1шт. | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 | 0,03 | 0,1 |  | 22,0 | 76,8 | 4,8 | 1 |
| 9431  2005  1035  2002 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 |  | 14 | 28 |  |  |  | 6,0 |  |  | 0,4 |
| Чурек    Хлеб | 30 | 2,88 | 0,35 | 17,74 | 85,63 | 0,05 |  |  | 7,27 | 26,08 | 4,97 | 0,38 |
| 20 | 0,08  **16,5** | 0,3  **14,34** | 5,7  **79,44** | 34,8  **546,79** | 5,6 |  | 0,08 | 1,46 |  | 2 | 3,2 |
|  | **Итого** |

***Директор МКОУ «Буршагская СОШ» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ РамазановА.А***

***Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Вагидова Н.А***