

Утверждаю

Директор

Осипова Н.Ф.

Меню « Шумановская СОШ»- филиал МБОУ «Гальбштадская СОШ»



Сезон: осенний -зимний

Возрастная категория: 7-11 лет

Неделя 2 День 5 пятница 17.04.2026г	№	Название блюда	Выход готового блюда, г	Пищев. Вещества(г)			Энергетическая ценность				Содержание витаминов и микроэлементов, мг				
				белок	жир	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	B1	C	A	
Обед	1	Картофельное пюре	230	6	8	42	256	50,2	10,8	1,2	1,4	0,16	2,4	3,6	
	2	Рыба запеченная(ми нтай)	140	10	15	14	307	15,6	7,7	2,3	0,75	0,26	1,2	1	
	3	Хлеб	35	2,2	0,8	15	82	33	5,7	5,5	4,5	0,003	0,3	6,4	
	4	Чай	200	0,2	0	14	56	6	0	0	0,4	0	0	0	
	5	Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов	100	1,85	0,9	2	45	14	1,7	3,02	1,4	0,187	2,14	1,5	
		Итого	705	20,25	24,7	87	746	118,8	25,9	12,02	8,45	0,61	6,04	12,5	

Старший повар

Т.М. Ремпель