

Удостоверение имени для организации питания обучающихся

18 ноября 2019 г.

Пример меню образовательной организации	Масса порции г/100г	Питательные вещества (г)				Энергетическая ценность ккал/100г	Витаминный состав (мг)					Минеральный состав (мг)				
		Б	Ж	У	С		А	В1	В2	В6	С	Ca	P	Mg	K	
Итого 100г для групповых рационов																
Завтрак с молочной кашей и маслом (150г)	200	1,24	4,20	13,10	11,70	1,50							18,30	10,00	14,40	1,10
Чай без сахара (100г)	100	0,17	0,10	0,01	0,02	0,01										
Ланч с хлебом и маслом (100г)	100	2,87	0,10	0,01	0,02	0,04							0,06	0,05	0,05	0,01
Обед с супом и мясом (200г)	200	2,87	0,10	0,01	0,02	0,04							0,06	0,05	0,05	0,01
Полдник с фруктами (100г)	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00										
Ужин с кашей и маслом (150г)	200	1,24	4,20	13,10	11,70	1,50							18,30	10,00	14,40	1,10
Чай без сахара (100г)	100	0,17	0,10	0,01	0,02	0,01										
Итого	700	7,51	4,50	13,13	11,74	1,55							36,32	20,15	28,95	2,21



