

ООО КП "Вкус и качество"  
 Меню на 01.03.2021 года

"Утверждаю"  
 Директор школы //



ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ (11-18 ЛЕТ)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
9 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (СБ2018)	100	1,60	6,10	8,25	96,67	0,02	0,02	25,36		42,23	31,09	14,39	0,58
339 СВ 2018Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (СБ 2018)	100	15,95	21,79	15,09	321,05	0,07	0,15	0,29	45,70	38,61	164,81	21,09	2,14
256 СВ 2018Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(СБ2018)	180	6,65	7,48	42,84	264,97	0,10	0,03		47,79	24,01	57,11	10,47	1,09
462 СВ 2018Г	КАКАО С МОЛОКОМ 1-Й ВАРИАНТ(СБ2018)	200	3,48	2,86	15,02	100,38	0,04	0,16	1,30	20,00	123,37	105,72	24,20	0,78
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
<b>Итого по подменю:</b>		<b>105,00</b>	29,26	38,43	90,72	830,27	0,25	0,37	26,95	113,49	232,22	371,73	72,95	4,81

**Обед**

32 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (СБ2018)	100	3,29	8,09	7,74	116,88	0,02	0,06	8,85	17,71	40,59	83,62	23,28	1,31
117 СВ 2018Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ (СБ2018)	250/20/10	14,56	11,86	26,78	266,50	0,17	0,16	22,91	10,00	50,41	176,33	39,62	3,17
372 СВ 2018Г	БИТОЧКИ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ(СБ2018).	100	16,68	16,01	11,57	258,57	0,13	0,20	2,36	45,00	81,28	208,62	27,91	1,72
423 СВ 2013	КАПУСТА ТУШЕНАЯ(СБ2018),	180	4,41	6,94	19,10	156,69	0,08	0,11	94,13	47,79	110,24	81,94	41,86	2,05
494 СВ 2018Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (СБ2018)	200	1,93	0,11	28,88	126,28	0,04	0,07	1,88		59,90	54,24	38,97	1,22
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
108 СВ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
<b>Итого по подменю:</b>		<b>108,00</b>	45,61	43,53	122,03	1063,56	0,48	0,62	130,13	120,50	351,02	638,95	179,44	10,31

**Полдник**

573 СВ 2013 Г	"ГРЕБЕШОК" ИЗ ДРОЖЕВОГО ТЕСТА	80	6,53	6,15	51,22	286,31	0,11	0,07	0,08	46,87	18,45	67,27	11,33	1,08
469 СВ 2018Г	МОЛОКО КИПЕЧЕНОЕ (СБ2018)	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0,08	0,30	2,60	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20
<b>Итого по подменю:</b>		<b>35,00</b>	12,33	11,15	60,82	394,31	0,19	0,37	2,68	86,87	258,45	247,27	39,33	1,28