

ООО КП "Вкус и качество"
 Меню на 02.03.2021 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
Завтрак														
74 СБ 2013г.	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	3,09	7,15	10,53	119,26	0,13	0,12	14,50	20,00	20,07	74,37	27,27	2,47
391 СБ 2013г.	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	100	14,96	14,47	7,16	219,15	0,06	0,12		17,70	24,74	152,44	19,26	2,29
213 СБ 2018Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)	180	5,88	6,76	23,89	180,44	0,83	1,04	16,90	243,50	624,07	880,79	364,08	10,64
460 СБ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (СБ2018)	200	1,45	1,25	12,45	67,17	0,02	0,08	0,75	10,00	70,10	53,25	11,40	0,90
108 СБ 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 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:		105,00	30,12	30,15	81,99	724,66	1,08	1,38	32,15	291,20	747,58	1195,05	429,81	17,14

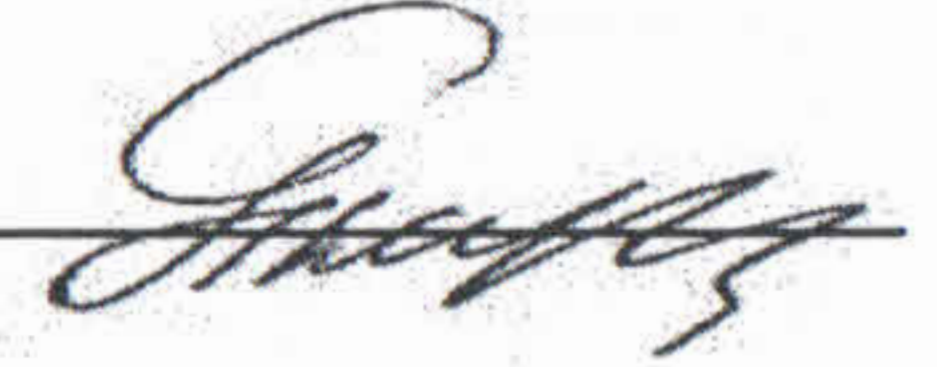
Обед

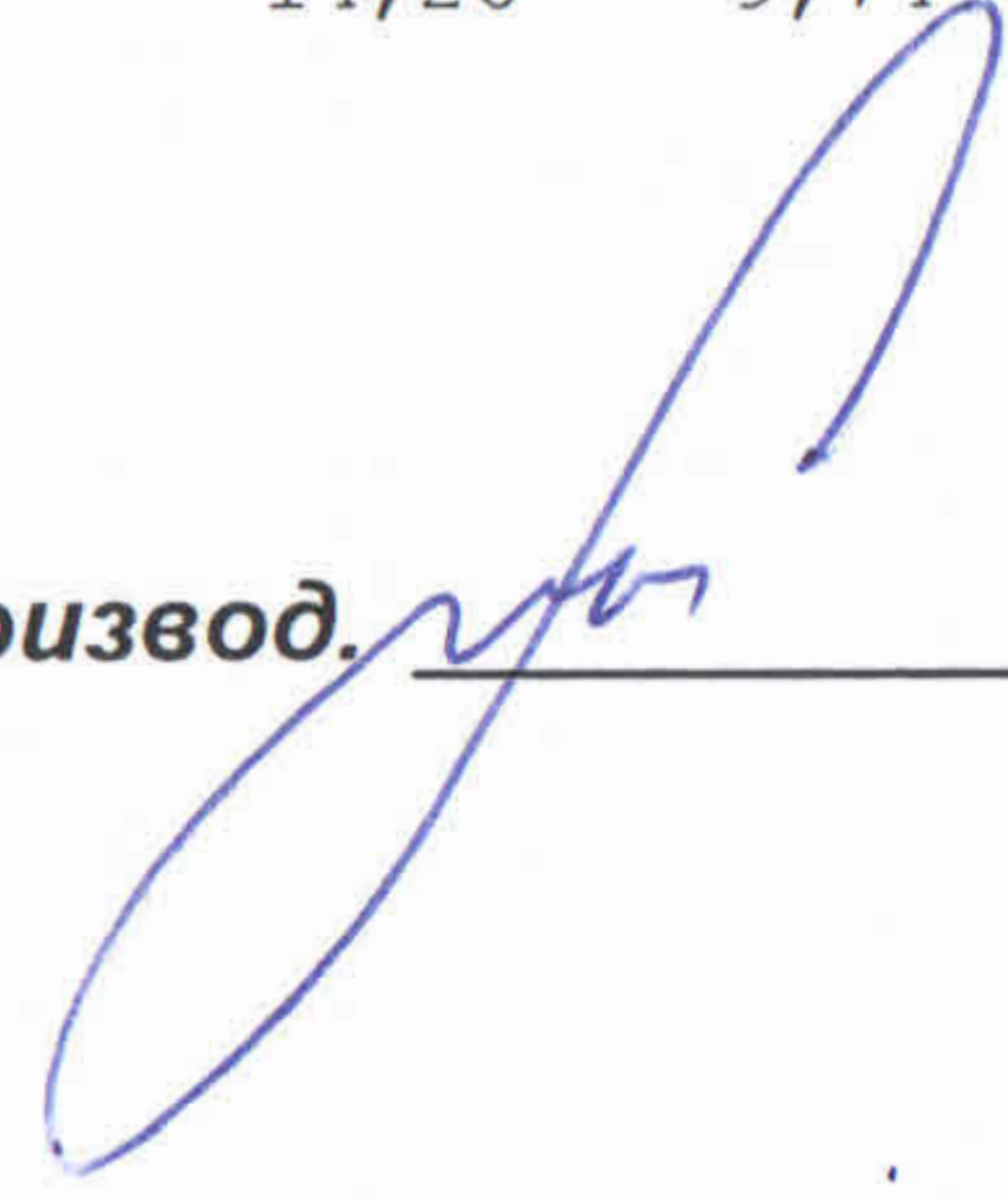
10 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ(СБ2018)	100	1,11	6,22	5,87	85,44	0,02	0,02	20,00		32,00	21,08	12,28	1,28
132 СБ 2018Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ (СБ2018)	250/10	13,60	10,44	32,20	278,90	0,21	0,27	21,92	47,00	132,60	225,88	48,98	2,64
303 СБ 2018Г	СУФЛЕ РЫБНОЕ/МИНТАЙ (СБ2018)	100	14,96	7,42	3,28	139,96	0,11	0,21	0,76	71,21	79,23	241,07	47,05	1,11
173 СБ 2013г	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	180/2	3,66	7,49	29,24	199,32	0,21	0,14	37,64	48,38	28,42	107,82	42,69	1,69
348 СБ 2017	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,46	0,10	28,13	115,23	0,03	0,02			16,45	25,80	8,40	0,65
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
108 СБ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:		108,00	36,95	31,99	117,16	910,29	0,62	0,68	80,32	166,59	297,30	655,85	167,20	8,21

Полдник

538 СБ 2018Г	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ (СБ2018),	80	6,26	6,74	41,92	241,36	0,10	0,05	0,06	41,55	28,12	63,79	10,56	0,78
-----------------	------------------------------------	----	------	------	-------	--------	------	------	------	-------	-------	-------	-------	------

N 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
470 СВ 2018Г	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ(СБ2018)	200	8,00	3,00	28,60	173,40	0,03	0,15	0,50	10,00	112,00	86,00	13,00	0,10
Итого по подменю:		35,00	14,26	9,74	70,52	414,76	0,13	0,20	0,56	51,55	140,12	149,79	23,56	0,88

Директор  /Яксун В.В./

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Морозова Т.Е./