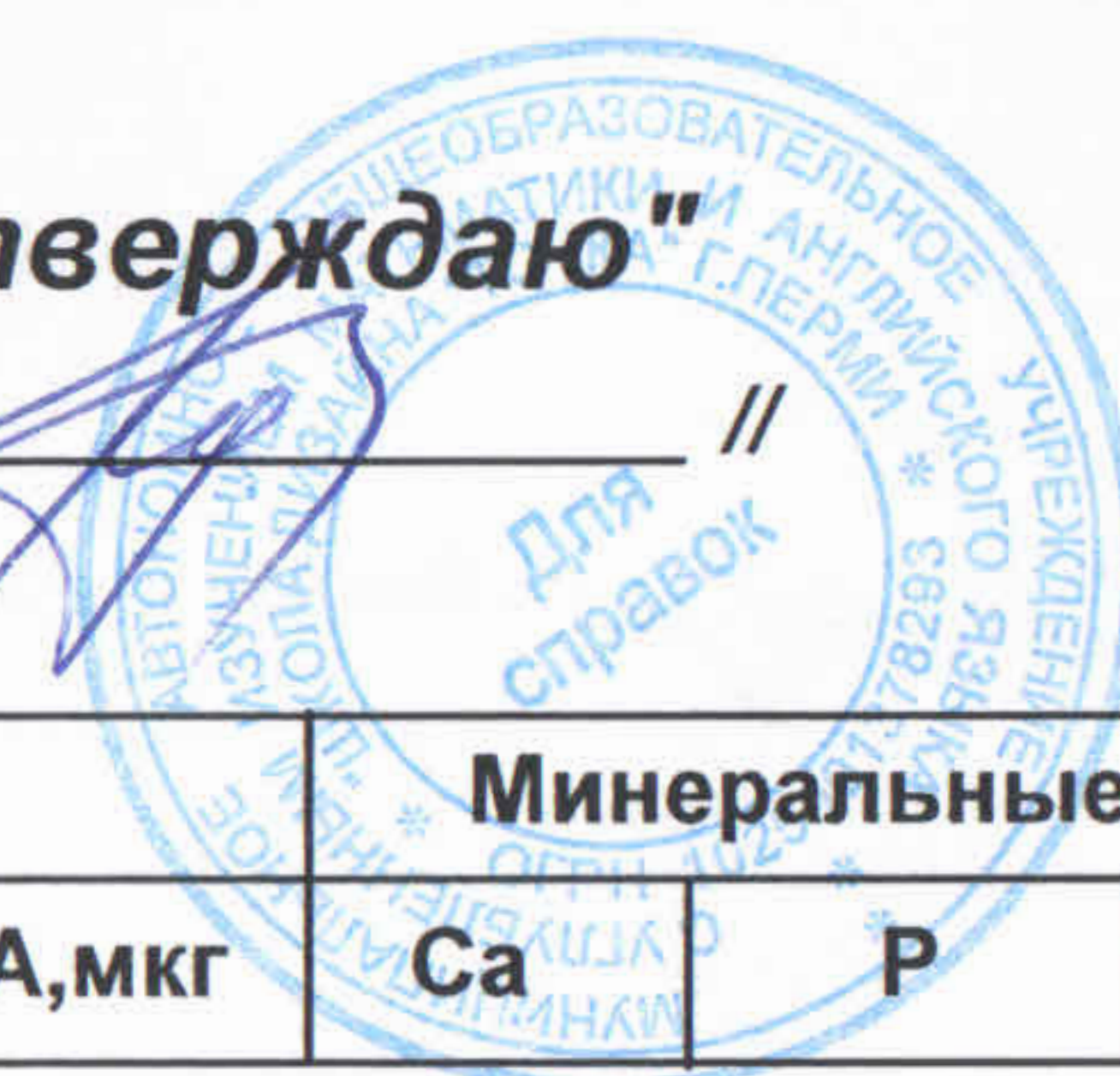


ООО КП "Вкус и качество"
 Меню на 04.03.2021 года

"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														
463 СБ 2013Г	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ.	100	1,73	10,10	12,13	147,38	0,07	0,07	11,57		27,31	56,81	31,63	4,46
372 СБ 2018Г	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ПТИЦЫ(СБ2018).	100	16,66	15,95	11,54	257,76	0,06	0,10	1,13	21,60	39,12	100,09	13,40	0,82
176 СБ 2018Г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 1ЫЙ ВАРИАНТ (СБ2018)	180	4,33	10,08	21,93	196,54	0,14	0,15	43,76	18,14	91,18	119,00	47,35	3,48
464 СБ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(СБ2018)	200	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,00	60,30	45,00	7,00	0,08
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
Итого по подменю:		105,00	27,33	37,79	77,02	763,15	0,31	0,41	57,11	49,74	221,91	333,90	102,18	9,06

Обед

47 СБ 2018Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (СБ2018)	100	3,48	6,49	20,95	157,63	0,13	0,07	25,61		78,97	134,37	41,69	2,87
156 СБ 2013Г.	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ(СБ2018)	250	15,12	11,83	13,83	222,55	0,08	0,13	3,11	12,40	30,57	156,20	24,04	2,90
307 СБ 2018Г	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ(СБ2018)	100	13,52	5,26	14,70	161,36	0,10	0,12	0,66	19,60	64,23	198,52	43,02	0,79
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(СБ2018)	180	3,96	8,07	26,89	196,47	0,20	0,16	31,67	53,78	51,62	117,21	39,95	1,47
486 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)	200	0,16	0,16	18,90	77,64	0,01	0,01	4,08		6,93	4,44	3,62	0,93
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:		108,00	40,98	32,33	123,23	954,29	0,56	0,51	65,13	85,78	240,92	644,94	160,12	9,80

Полдник

530 СБ 2018Г	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ(СБ2018).	100	5,43	4,87	68,42	339,27	0,09	0,06	0,25	9,75	20,47	56,74	11,98	1,36
516 СБ 2013	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20
Итого по подменю:		35,00	11,23	9,87	76,42	439,47	0,17	0,40	1,65	49,75	260,47	236,74	39,98	1,56