

ООО КП "Вкус и качество"  
 Меню на 05.03.2021 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>														
64 СБ 2018Г	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ/2-Й ВАР(СБ2018)	15/15/5	5,11	8,25	7,90	123,23	0,02	0,06	0,11	64,00	16,95	99,20	9,45	0,33
269 СБ 2013Г.	КАША "ЯНТАРНАЯ"(ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ).	200	8,41	12,20	39,46	296,11	0,22	0,22	3,59	79,20	166,14	209,80	52,52	1,69
462 СБ 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
82 СБ 2018Г	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Я100(СБ2018)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,02	0,01	6,67		10,67	7,33	6,00	1,47
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
<b>Итого по подменю: 105,00</b>			18,98	23,91	81,70	611,32	0,32	0,46	11,67	163,20	321,13	435,05	94,97	4,49

**Обед**

73 СБ 2013Г.	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ И МОРКОВЬЮ	100	1,72	6,51	11,81	113,08	0,15	0,07	7,65		21,15	109,62	44,05	3,00
101 СБ 2018Г	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ (СБ2018)	250/10	11,68	11,33	15,52	203,66	0,14	0,15	27,73	10,00	47,23	159,60	39,96	2,99
341 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ"(СБ2018)	100	16,43	14,86	11,69	246,53	0,07	0,17	0,96	27,40	33,64	175,46	21,05	2,35
221 СБ 2018Г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018).	180	7,48	6,42	35,06	228,45	0,85	0,90	5,62	219,15	619,38	982,01	195,98	10,44
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СБ2018)	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,44		22,54	15,42	6,01	1,23
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
<b>Итого по подменю: 108,00</b>			40,91	39,46	114,30	972,22	1,25	1,32	42,40	256,55	752,54	1476,31	314,85	20,85

**Полдник**

ТТК № 162	БУЛОЧКА "РОМАШКА".	100	10,39	10,05	63,15	384,51	0,15	0,16	0,18	34,43	79,21	130,37	19,95	1,24
502 СБ 2013Г.	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	200	0,21	0,08	28,46	116,77	0,01	0,01	40,00		11,40	13,53	6,20	0,32
<b>Итого по подменю: 35,00</b>			10,60	10,13	91,61	501,28	0,16	0,17	40,18	34,43	90,61	143,90	26,15	1,56