

ООО КП "Вкус и качество"  
 Меню на 09.03.2021 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>														
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
381 СВ 2013г.	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ"	100	18,70	20,10	15,06	316,65	0,08	0,16	0,15	43,60	26,18	185,71	23,19	2,56
213 СВ 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
459 СВ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
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

**Итого по подменю: 105,00**      32,67    35,48    84,91    793,97    0,97    1,28    28,88    304,81    712,42    1194,15    423,61    16,24

**Обед**

61 СВ 2013г.	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	2,73	10,13	7,18	131,51	0,17	0,12	12,80		25,52	75,80	36,48	4,20
144 СВ 2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	250/10	15,48	9,13	29,52	263,33	0,29	0,16	16,92	29,50	53,80	208,86	54,90	4,14
306 СВ 2018Г	ЗРЫЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ(СБ2018)	100	12,30	3,33	10,91	124,00	0,11	0,13	4,44	31,95	65,97	197,60	45,99	1,70
197 СВ 2013г.	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ(1ВАР)	180	5,99	18,26	20,10	269,78	0,17	0,22	29,26	127,70	126,74	146,25	47,85	4,24
496 СВ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(СБ2018)	200	0,68	0,28	19,64	83,78	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
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

**Итого по подменю: 108,00**      41,92    41,65    115,31    1011,04    0,79    0,71    263,42    189,15    292,93    666,11    196,42    15,75


**Полдник**


532 СВ 2018Г	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ(СБ2018).	80	10,58	5,38	30,42	204,72	0,08	0,12	0,15	19,79	60,65	109,34	13,67	0,71
-----------------	------------------------------	----	-------	------	-------	--------	------	------	------	-------	-------	--------	-------	------



№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe
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>	16,38	10,38	40,02	312,72	0,16	0,42	2,75	59,79	300,65	289,34	41,67	0,91

Директор  /Яксун В.В./

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Морозова Т.Е./