

ООО КП "Вкус и качество"
 Меню на 10.11.2020 года

Директор школы

"Утверждаю"

//

Документов

Директор
 А.А. Давыдова

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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 28 СВ 2013г. | САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ | 100 | 1,27 | 0,21 | 7,63 | 37,68 | 0,04 | 0,04 | 27,07 | | 37,40 | 31,75 | 18,83 | 1,35 |
| 391 СВ 2013г. | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 70/30 | 11,29 | 11,94 | 7,47 | 182,97 | 0,06 | 0,12 | 0,29 | 18,90 | 46,09 | 129,11 | 16,93 | 1,65 |
| 415 СВ 2013г. | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ, | 200 | 12,84 | 12,84 | 43,42 | 340,93 | 0,23 | 0,11 | 0,83 | 32,00 | 16,24 | 273,74 | 80,64 | 2,34 |
| 494 СВ 2013г. | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 200/7 | 0,06 | 0,01 | 15,25 | 61,28 | | | 2,90 | | 13,05 | 9,79 | 5,24 | 0,91 |
| 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 |
| Итого по подменю: | | 105,00 | 27,04 | 25,20 | 83,29 | 670,06 | 0,35 | 0,28 | 31,09 | 50,90 | 116,78 | 457,39 | 124,44 | 6,47 |

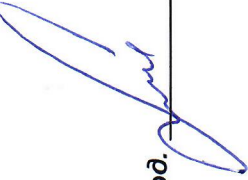
Обед

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|------------------------------|---------------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|-------|--------|--------|--------|------|
| 22 СВ 2013г. | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ | 100 | 1,00 | 10,17 | 3,46 | 109,38 | 0,06 | 0,04 | 22,75 | | 12,74 | 23,86 | 18,20 | 0,82 |
| 154 СВ 2013г. | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ. | 250 | 13,81 | 12,20 | 14,50 | 223,27 | 0,12 | 0,15 | 21,57 | 15,00 | 48,93 | 174,94 | 36,19 | 2,61 |
| 346 СВ 2013г. | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ | 100 | 13,49 | 4,82 | 6,43 | 123,88 | 0,11 | 0,16 | 2,27 | 50,70 | 55,60 | 214,58 | 49,53 | 2,40 |
| 174 СВ 2013г. | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ. | 180 | 5,71 | 7,49 | 35,06 | 230,76 | 0,13 | 0,11 | 18,19 | 6,00 | 47,64 | 83,36 | 25,58 | 0,91 |
| 508 СВ 2013г. | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И ЧЕРНОСЛИВА | 200 | 0,55 | 0,03 | 29,72 | 121,28 | 0,01 | 0,01 | 0,50 | | 28,20 | 19,25 | 7,50 | 1,55 |
| 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 |
| 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 | 37,72 | 35,03 | 107,61 | 900,01 | 0,47 | 0,49 | 65,28 | 71,70 | 201,71 | 550,19 | 144,80 | 9,13 |

Полдник

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|---------------------|--------------|-------|-------|-------|--------|------|------|------|-------|--------|--------|-------|------|
| 566 СВ 2013г. | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" | 80 | 5,88 | 6,83 | 49,44 | 282,75 | 0,07 | 0,05 | 0,07 | 31,00 | 17,80 | 48,08 | 7,38 | 0,62 |
| 515 СВ2013 | МОЛОКО КИПЕЧЕНОЕ | 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 |
| Итого по подменю: | | 35,00 | 11,68 | 11,83 | 59,04 | 390,75 | 0,15 | 0,35 | 2,67 | 71,00 | 257,80 | 228,08 | 35,38 | 0,82 |

Директор  /Яксун В.В./

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Морозова Т.Е./