

ООО КП "Вкус и качество"  
 Меню на 13.02.2021 года

"Утверждаю"  
 Директор школы //



ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ (11-18 ЛЕТ)

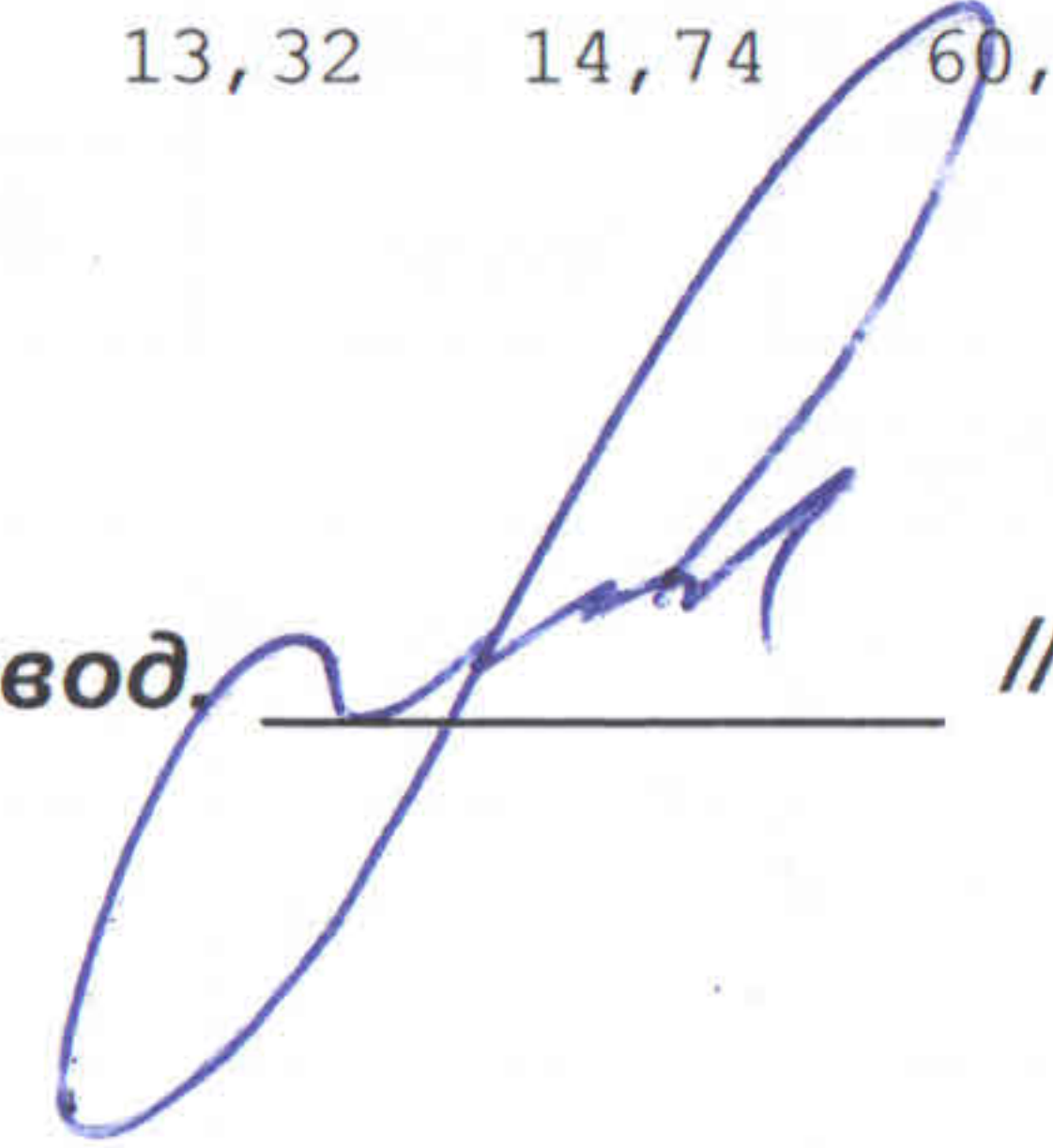
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
<b>Завтрак</b>														
258 СБ 2013г.	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	220	9,70	13,75	47,64	353,90	0,28	0,21	1,49	87,78	157,66	234,03	61,91	1,67
461 СБ 2018г.	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			15,04	60,12			0,10		10,25	8,25	4,40	0,87
111 СБ 2013г.	БАТОН НАРЕЗНОЙ.	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24
100 СБ 2013г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦ)	10	0,05	8,25	0,08	74,77		0,01		59,00	1,20	1,90		0,02
100 СБ 2013г.	СЫР(ПОРЦИОННЫЙ),	15	3,84	3,92		50,60	0,01	0,05	0,11	34,50	13,50	88,50	7,50	0,14
112 СБ 2013г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ М100	100	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	0,03	38,00		35,00	17,00	11,00	0,10
<b>Итого по подменю:</b>		<b>105,00</b>	16,64	26,99	85,68	655,90	0,37	0,31	39,70	181,28	221,41	362,68	87,41	3,04

<b>Обед</b>														
107 СБ 2013г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ).	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	3,00		13,80	14,40	8,40	0,36
135 СБ 2004г.	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	12,28	10,77	12,03	187,01	0,14	0,16	23,43	39,50	43,27	158,36	35,71	2,23
389 СБ 2013г.	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	100	14,52	13,87	8,92	219,24	0,07	0,12	3,30	17,70	34,21	162,76	22,72	2,42
415 СБ 2013г.	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ.	180	11,56	11,56	39,08	306,84	0,23	0,11	0,83	47,20	15,28	272,86	80,64	2,34
507 СБ 2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	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	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:</b>		<b>108,00</b>	42,16	36,74	98,39	888,71	0,50	0,43	34,64	104,40	122,09	647,02	158,89	9,12

<b>Полдник</b>														
543 2013 СБ	ПИРОЖКИ С МЯСОМ И РИСОМ	100	13,32	14,74	37,26	334,85	0,13	0,12	0,82	12,67	20,82	148,72	23,11	1,97

№ 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
518	СОК (АПЕЛЬСИН,ЯБЛОКО ВИШНЯ)	200			23,00	92,00	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
<b>Итого по подменю:</b>		<b>35,00</b>	13,32	14,74	60,26	426,85	0,15	0,14	4,82	12,67	34,82	162,72	31,11	4,77

Директор  /Яксун В.В./

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Морозова Т.Е./