

ООО КП "Вкус и качество"
 Меню на 18.02.2021 года

Директор школы // "Утверждаю"
 Для справок

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														
412 СБ 2013г.	БИТОЧКИ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ.,	100	16,12	15,18	10,11	242,92	0,10	0,16	1,82	46,46	61,48	158,20	21,27	1,33
291 2013 Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ,	180	0,04	6,77	0,07	61,31		0,01		48,38	8,34	3,06	0,44	0,07
494 СБ 2013г.	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	15,25	61,28			2,90		13,05	9,79	5,24	0,91
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
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
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

Итого по подменю: 105,00 20,10 31,20 49,85 563,03 0,14 0,20 4,72 153,84 92,47 207,15 34,55 3,19

Обед

9 СБ 2013г.	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК.	60	0,55	6,10	4,29	74,75	0,03	0,03	3,63		12,76	22,23	15,53	0,65
150 СБ 2013г.	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ(МИНТАЙ)	250	25,30	9,97	20,38	272,92	0,34	0,28	25,37	67,69	61,79	352,25	82,42	2,21
371 СБ 2013г.	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ ПАРОВОЙ С СОУСОМ	100/30	27,56	27,32	2,45	365,53	0,10	0,25	0,29	13,35	59,68	296,15	36,18	4,08
237 СБ 2013г.	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.,	180	10,47	9,41	47,34	316,00	0,36	0,17	5,96	47,79	34,09	251,66	166,59	5,69
519 СБ 2013г.	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,68	0,28	24,63	103,73	0,01	0,06	200,00		12,45	3,40	3,40	0,65
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

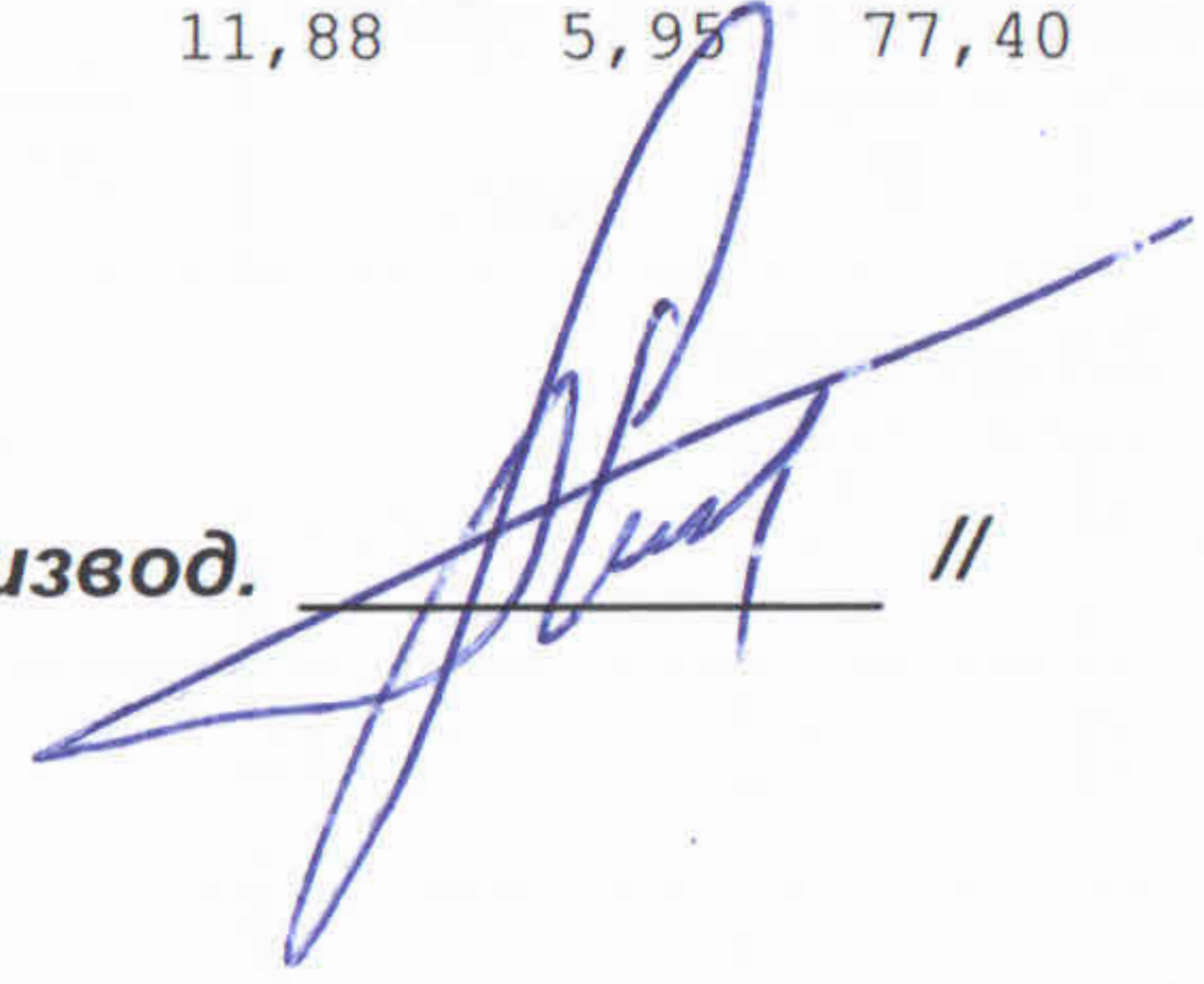
Итого по подменю: 108,00 67,72 53,40 117,53 1224,37 0,88 0,81 235,25 128,83 189,37 959,89 311,92 14,12

Полдник

541 СБ 2013г.	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ.	70	3,88	2,95	48,80	237,31	0,05	0,03	0,13	4,12	10,24	28,58	6,10	0,69
------------------	----------------------	----	------	------	-------	--------	------	------	------	------	-------	-------	------	------

№ 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
517 СВ 2013г.	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ,	200	8,00	3,00	28,60	173,40	0,03	0,15	0,50	10,00	112,00	86,00	13,00	0,10
Итого по подменю:		35,00	11,88	5,95	77,40	410,71	0,08	0,18	0,63	14,12	122,24	114,58	19,10	0,79

Директор  /Яксун В.В./

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Морозова Т.Е./