

ООО КП "Вкус и качество"
 Меню на 01.03.2021 года

Директор школы _____ // **"Утверждаю"**



ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ (7-10ЛЕТ)

№ 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														
9 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ(СБ2018)	60	0,96	3,66	4,95	58,00	0,01	0,01	15,22		25,34	18,66	8,64	0,35
339 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (СБ2018)	90	14,36	19,61	13,58	288,95	0,06	0,14	0,26	41,13	34,75	148,33	18,98	1,92
256 СБ 2018Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)	150	5,54	6,19	35,70	220,44	0,09	0,03		39,53	20,06	47,59	8,73	0,91
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
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
Итого по подменю:		105,00	25,92	32,52	78,77	714,97	0,22	0,35	16,78	100,66	207,52	333,30	63,35	4,18

Обед														
32 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ(СБ2018)	60	1,97	4,85	4,64	70,13	0,02	0,06	8,85	17,71	40,59	83,62	23,28	1,31
117 СБ 2018Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ (СБ2018)	250/20/10	14,56	11,86	26,78	266,50	0,17	0,16	22,91	10,00	50,41	176,33	39,62	3,17
372 СБ 2018Г	БИТОЧКИ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ(СБ2018)	90	15,01	14,41	10,41	232,71	0,12	0,18	2,12	40,50	73,15	187,75	25,12	1,55
423 СБ 2013	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (СБ2018).	150	3,68	5,83	15,93	131,01	0,07	0,09	78,50	40,12	92,01	68,39	34,95	1,71
494 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (СБ2018)	200	1,93	0,11	28,88	126,28	0,04	0,07	1,88		59,90	54,24	38,97	1,22
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	40,31	37,38	105,08	918,07	0,46	0,58	114,26	108,33	324,66	604,53	169,74	9,80

Полдник														
573 СБ 2013 Г	"ГРЕБЕШОК". ИЗ ДРОЖЕВОГО ТЕСТА	60	4,90	4,69	38,38	215,35	0,08	0,05	0,06	35,28	13,86	50,62	8,50	0,81
469 СБ 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
Итого по подменю:		35,00	10,70	9,69	47,98	323,35	0,16	0,35	2,66	75,28	253,86	230,62	36,50	1,01