ООО КП "Вкус и качество"

Меню на 02.10.2020 года

"Согласовано"

Директор школы _____ //

ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ (7-10ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A,мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак													
90 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР)Н/Б,	20/10	4,22	2,89	10,48	80,73	0,03	0,04	0,07	23,00	12,80	72,00	7,60	0,33
260 СБ 2013г.	КАША "ДРУЖБА"..	250	6,75	14,44	33,29	291,05	0,14	0,18	1,45	60,40	132,20	170,38	41,03	0,78
616 СБ 2013	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200			9,24	36,96	0,03	0,03	15,06		5,88	4,95	2,64	0,49
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
112 СБ 2013г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Я100	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
	Итого по подменю:	**105,00**	12,95	17,93	72,33	500,34	0,25	0,28	26,58	83,40	170,88	271,33	63,07	4,02
	Обед													
3 СБ 2013г.	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ И ЯБЛОКАМИ.,	60	0,83	6,09	3,62	72,68	0,04	0,04	28,69		36,00	31,09	18,53	0,92
159 СБ 2013г.	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ,	200/10	10,92	8,42	25,24	221,61	0,20	0,27	20,74	37,50	131,74	224,72	47,67	2,28
389 СБ 2013г.	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ "ЕЖИКИ".,	70/30	14,00	24,75	13,94	334,45	0,11	0,16	3,42	87,90	38,15	202,25	33,61	2,52
237 СБ 2013г.	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ..	150	8,73	7,80	39,45	262,96	0,30	0,15	4,97	26,80	30,13	210,63	138,88	4,75
507 СБ 2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК И ГРУШ	200	0,16	0,16	5,42	23,78	0,01	0,01	4,08		6,53	4,44	3,62	0,89
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**	37,80	47,54	106,11	1006,92	0,70	0,65	61,90	152,20	251,15	707,33	250,11	12,20
	Полдник													
553 СБ 2013г.	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ,.	75	3,86	6,17	25,52	172,95	0,07	0,05	5,61	15,78	14,31	40,48	10,08	0,52
516 СБ 2013	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20
	Итого по подменю:	**35,00**	9,66	11,17	33,52	273,15	0,15	0,39	7,01	55,78	254,31	220,48	38,08	0,72

"Утверждаю"

Директор _____ /Яксун В.В./

Зав. производ. _____ //

Калькулятор _____ /Морозова Т.Е./