

ООО КП "Вкус и качество"
 Меню на 10.03.2021 года

"Утверждаю" _____ //
 Директор школы



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														
47 СБ 2018Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018)	60	2,09	3,89	12,57	94,58	0,13	0,07	25,61		78,97	134,37	41,69	2,87
371 СБ 2018Г	КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ(СБ2018).	90	13,33	13,43	4,49	192,51	0,11	0,15	1,86	55,35	23,92	170,79	26,94	1,30
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
457 СБ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
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 22,54 23,71 72,33 594,90 0,35 0,26 27,57 94,88 137,05 374,00 84,56 6,15

Обед

43 СБ 2018Г	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕН.ОГУРЦАМИ(СБ2018)	60	0,97	3,77	7,06	66,25	0,05	0,03	8,74		9,27	30,34	12,80	0,83
124 СБ 2018Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (СБ2018)	250	9,22	9,34	16,35	186,80	0,12	0,16	16,90	22,42	38,76	185,22	50,17	2,32
339 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ(СБ2018)	90/30	14,60	20,86	15,53	309,03	0,07	0,14	1,07	49,98	36,83	151,38	20,19	2,00
207 СБ 2018Г	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (СБ2018)	150	4,63	5,49	33,16	200,64	0,40	0,24		236,00	222,20	1092,25	137,50	6,75
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СБ2018)	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,44		22,54	15,42	6,01	1,23
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: 108,00 31,44 39,68 103,40 898,98 0,66 0,59 27,15 308,40 333,60 1487,61 229,47 13,35

Полдник

550 СБ 2018Г	МАННИК(СБ2018),	80	4,60	5,63	26,50	175,10	0,07	0,15	0,27	66,79	62,53	91,14	12,29	0,77
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 10,40 10,63 34,50 275,30 0,15 0,49 1,67 106,79 302,53 271,14 40,29 0,97