

ООО КП "Вкус и качество"  
 Меню на 11.02.2021 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
<b>Завтрак</b>														
213 СВ 2013г.	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ.</b>	<b>200</b>	16,76	20,26	20,50	320,80	0,13	0,40	7,75	196,78	143,07	259,61	72,50	2,14
442 СВ 2013г.	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ(порц)</b>	<b>15</b>	0,24	1,46	0,56	10,68		0,01	0,03	9,86	6,72	5,00	0,74	0,02
496 СВ 2013	<b>КАКАО С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ)</b>	<b>200</b>	3,63	2,95	25,07	141,90	0,04	0,16	1,30	20,00	124,44	109,65	26,75	0,97
111 СВ 2013г	<b>БАТОН НАРЕЗНОЙ.</b>	<b>30</b>	2,25	0,87	15,42	78,51	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24
100 СВ 2013г.	<b>МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦ)</b>	<b>10</b>	0,05	8,25	0,08	74,77		0,01		59,00	1,20	1,90		0,02
590 СВ 2013г.	<b>ПЕЧЕНЬЕ(САХАРНОЕ)</b>	<b>12</b>	1,02	1,36	8,36	49,74	0,01	0,01		7,80	5,40	10,44	18,96	0,12

**Итого по подменю: 105,00**      23,95    35,15    69,99      676,40    0,20    0,60    9,08    293,44    284,63    399,60    121,55    3,51

**Обед**

106 СВ 2013г.	<b>ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(помидоры)</b>	<b>60</b>	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
140 СВ 2013г.	<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ.</b>	<b>250</b>	12,28	10,23	6,89	168,90	0,07	0,12	33,78		47,92	135,53	29,12	2,08
406 СВ 2013г	<b>ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ</b>	<b>200</b>	19,21	26,82	31,31	443,86	0,25	0,17	3,67	33,88	22,90	301,64	76,09	2,27
507 СВ 2013	<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК</b>	<b>200</b>	0,16	0,16	18,90	77,64	0,01	0,01	4,08		6,93	4,44	3,62	0,93
108 СВ 2013	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	<b>20</b>	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
108 СВ 2013	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>	<b>20</b>	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**      35,47    37,65    77,82      794,68    0,41    0,34    56,53    33,88    94,75    491,41    128,63    6,66

**Полдник**

587 СВ 2013г	<b>ПЕСОЧНИК С ИЗЮМОМ</b>	<b>50</b>	4,47	9,27	32,68	232,05	0,07	0,07	0,15	66,75	18,64	62,05	13,99	0,91
520 СВ 2013г	<b>НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ</b>	<b>200</b>	0,10	0,04	20,70	83,52			3,00		3,40	2,20	3,00	0,18

**Итого по подменю: 35,00**      4,57    9,31    53,38      315,57    0,07    0,07    3,15    66,75    22,04    64,25    16,99    1,09