

ООО КП "Вкус и качество"  
 Меню на 14.11.2020 года

"Утверждаю"  
 Директор школы \_\_\_\_\_ //

Директор  
 А.А. Давыдова

ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ (7-10ЛЕТ)

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г |   |   | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |    |   |       | Минеральные вещества, мг |   |    |    |
|--------|--------------------|-------|---------------------|---|---|-------------------|--------------|----|---|-------|--------------------------|---|----|----|
|        |                    |       | Б                   | Ж | У |                   | В1           | В2 | С | А,мкг | Са                       | Р | Mg | Fe |

**Завтрак**

|                  |  |        |       |       |       |        |      |      |       |       |       |        |        |      |
|------------------|--|--------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|--------|--------|------|
| 56 СВ<br>2013г.  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ.          | 60     | 3,78  | 5,45  | 8,65  | 98,60  | 0,04 | 0,12 | 16,36 | 34,50 | 74,34 | 158,76 | 43,29  | 2,41 |
| 377 СВ<br>2013г. | КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ И ТОМ.СОУСОМ, | 130/30 | 27,97 | 24,74 | 88,14 | 686,71 | 0,64 | 0,49 | 98,31 | 43,50 | 61,87 | 451,87 | 132,17 | 6,82 |
| 493 СВ<br>2013г. | ЧАЙ С САХАРОМ                                | 200    |       |       | 15,04 | 60,12  |      |      | 0,10  |       | 10,25 | 8,25   | 4,40   | 0,87 |
| 108 СВ<br>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: 72,60**      33,33    30,39    121,35      892,63    0,70    0,62    114,77    78,00    150,46    631,88    182,66    10,32

**Обед**

|                  |  |     |       |       |       |        |      |      |       |       |       |        |       |      |
|------------------|--|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|-------|-------|--------|-------|------|
| 25 СВ<br>2013г.  | САЛАТ ИЗ СЫРЫХ ОВОЩЕЙ (1 ВАРИАНТ).             | 60  | 0,64  | 3,67  | 2,17  | 44,38  | 0,02 | 0,02 | 10,83 |       | 13,73 | 19,09  | 11,41 | 0,38 |
| 143 СВ<br>2013г. | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ.                                 | 250 | 12,61 | 11,05 | 11,40 | 195,68 | 0,14 | 0,17 | 36,77 | 38,75 | 65,14 | 165,53 | 40,89 | 2,32 |
| 169 СВ<br>2013г. | ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ДЛЯ СУПОВ.                  | 20  | 4,47  | 3,84  | 0,18  | 53,04  | 0,02 | 0,04 | 0,20  | 4,00  | 4,21  | 47,23  | 5,53  | 0,68 |
| 336 СВ<br>2013г. | РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ(МИНТАЙ) | 200 | 19,85 | 10,35 | 20,12 | 253,08 | 0,26 | 0,21 | 23,58 | 55,78 | 54,75 | 296,21 | 73,02 | 1,81 |
| 518              | СОК В АССОРТИМЕНТЕ                             | 200 |       |       | 23,00 | 92,00  | 0,02 | 0,02 | 4,00  |       | 14,00 | 14,00  | 8,00  | 2,80 |
| 108 СВ<br>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 СВ<br>2013   | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 20  | 1,58  | 0,12  | 8,92  | 44,24  | 0,02 | 0,01 |       |       | 4,60  | 21,20  | 5,00  | 0,62 |

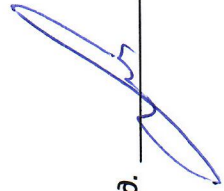
**Итого по подменю: 108,00**      40,73    29,23    75,31      729,62    0,50    0,48    75,38    98,53    160,43    576,26    146,65    8,83

**Полдник**

|                  |                      |     |       |      |       |        |      |      |      |       |        |       |       |      |
|------------------|----------------------|-----|-------|------|-------|--------|------|------|------|-------|--------|-------|-------|------|
| 541 СВ<br>2013г. | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ. | 75  | 11,84 | 3,56 | 31,98 | 207,21 | 0,06 | 0,08 | 0,05 | 8,89  | 34,69  | 69,88 | 10,07 | 0,47 |
| 517 СВ<br>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**      19,84    6,56    60,58      380,61    0,09    0,23    0,55    18,89    146,69    155,88    23,07    0,57

Директор  /Яксун В.В./

Зав. производ.  //

Калькулятор  /Морозова Т.Е./