ООО КП "Вкус и качество"

Меню на 15.04.2021 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 №1													
43 СБ 2018г	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕН.ОГУРЦАМИ (СБ2018)	100	1,62	6,29	11,76	110,40	0,09	0,06	14,57		15,44	50,55	21,32	1,38
404 СБ 2013г	КУРИЦА(БЕДРО),ЖАРЕНАЯ	90	23,80	24,89	0,10	317,88	0,12	0,19	2,55	53,46	30,08	206,79	24,95	1,73
213 СБ 2018г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)	150	2,82	3,87	16,50	112,06	0,10	0,05	1,60	22,42	7,22	67,33	44,53	1,52
464 СБ 2018г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(СБ2018)	200	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,00	60,30	45,00	7,00	0,08
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	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:	**105,00**	34,43	36,83	68,70	746,05	0,37	0,40	19,37	85,88	121,64	403,87	105,60	5,55
	Завтрак №2													
463 СБ 2013г	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	60	1,04	6,06	7,28	88,43	0,04	0,04	6,94		16,39	34,09	18,98	2,68
381 СБ 2012	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ,	90	16,53	17,83	13,06	279,39	0,07	0,13		37,17	11,14	157,82	19,42	2,29
154 СБ 2018г	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ(СБ2018)	150	4,75	6,24	29,22	192,57	0,19	0,16	27,29	9,00	73,12	125,37	38,47	1,37
459 СБ 2018г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	Итого по подменю:	**105,00**	25,54	30,54	78,86	696,15	0,32	0,34	37,21	46,17	117,63	340,11	84,93	7,45
	Обед №1													
15 СБ 2018г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (СБ2018)	60	0,46	3,66	1,24	39,76	0,02	0,01	4,58		12,22	19,92	9,22	0,34
147 СБ 2013г.	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАК.ИЗДЕЛИЯМИ/ВЕРМЕШЕЛЬ(СБ2018)	200	10,00	6,02	20,03	174,61	0,14	0,12	17,56		24,12	133,20	32,45	2,52
391 СБ 2013г.	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ,	90	13,47	13,02	6,45	197,24	0,06	0,11		15,93	22,27	137,20	17,33	2,06

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
385 СБ 2018г	РИС ОТВАРНОЙ(СБ2018)	150	4,08	7,01	33,70	214,46	0,18	0,05	0,43	40,12	25,06	182,91	63,96	1,32
491 СБ 2018г	КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ/СМОРОДИНА(СБ2018)	200	0,20	0,08	16,43	68,65	0,01	0,01	40,00		7,65	6,60	6,20	0,31
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	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	32,95	30,31	105,81	833,36	0,45	0,32	62,57	56,05	99,92	514,03	136,96	7,39

Обед №2

47 СБ 2018г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018).	80	2,79	5,19	16,76	126,11	0,17	0,10	34,14		105,29	179,16	55,58	3,83
100 СБ 2018г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (СБ2018)	250/10	12,26	11,74	17,24	216,52	0,15	0,15	17,30	10,00	34,55	172,22	41,92	3,01
307 СБ 2018г	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (СБ2018)	90	12,17	4,73	13,23	145,22	0,09	0,11	0,60	17,64	57,81	178,67	38,72	0,71
176 СБ 2018г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 1ЫЙ ВАРИАНТ (СБ2018)	180	4,47	10,17	24,15	206,86	0,17	0,16	46,71	18,14	83,21	123,42	47,64	3,34
507 СБ 2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	0,08	0,06	3,06	4,96		0,01	1,08		3,91	3,24	2,42	0,46
108 СБ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	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	36,51	32,41	102,40	838,31	0,62	0,55	99,83	45,78	293,37	690,91	194,08	12,19

Полдник

530 СБ 2018г	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ(СБ2018).	100	5,43	4,87	68,42	339,27	0,09	0,06	0,25	9,75	20,47	56,74	11,98	1,36
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	11,23	9,87	76,42	439,47	0,17	0,40	1,65	49,75	260,47	236,74	39,98	1,56

Директор _____ */Яксун В.В./*

Зав. производ _____ / /

Калькулятор _____ */ Морозова Т.*