

Меню на 01.12.2022 года

Директор школы _____ //

Обеспечение питанием обучающихся 1 Смена

№ 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

Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 10,)

1 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (СБ2018)	60	0,92	3,65	5,60	58,99	0,02	0,02	21,64		25,08	17,91	9,69	0,34
412 СВ 2013г.	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ.,	90	14,52	13,40	9,09	216,25	0,09	0,14	1,64	41,78	55,40	142,39	19,14	1,20
256 СВ 2018Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)	150	5,56	5,52	36,04	216,11	0,09	0,03		26,80	20,87	48,33	8,73	0,91
457 СВ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
108 СВ 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:		83,23	24,16	22,97	79,82	625,92	0,22	0,20	23,38	68,58	115,45	229,88	44,76	3,52

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 10,)

1 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ(СБ2018)	100	1,54	6,08	9,33	98,31	0,03	0,04	36,04		41,64	29,81	16,14	0,56
412 СВ 2013г.	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ,	100	16,13	14,89	10,12	240,40	0,10	0,16	1,82	46,46	61,48	158,20	21,27	1,33
256 СВ 2018Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(СБ2018)	180	6,67	6,67	43,25	259,72	0,11	0,03		32,40	24,98	58,00	10,47	1,09
457 СВ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
108 СВ 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:		93,33	27,50	28,04	91,79	733,00	0,26	0,24	37,96	78,86	142,20	267,26	55,08	4,05

Директор _____ /Яксун В.В./

Зав. производ. _____ / /

Калькулятор _____ 'Шарафиева

Обеспечение питанием обучающихся 2 Смена

N 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

Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 10,)

32 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ(СБ2018)	60	1,97	4,85	4,65	70,06	0,01	0,04	5,31	10,58	24,41	50,07	13,96	0,79
135 СВ 2018Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ(СБ2018)	200	10,31	7,65	10,68	153,47	0,09	0,15	15,39	22,00	68,51	142,09	31,79	1,73
341 СВ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (СБ2018)	90	14,78	13,37	10,52	221,87	0,06	0,16	0,86	24,66	30,43	157,94	18,95	2,11
386 СВ 2018Г	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(СБ2018)	150	9,58	9,04	32,10	248,29	0,19	0,09	0,69	27,20	9,48	224,60	66,02	1,90
486 СВ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)	200	0,16	0,16	13,91	57,69	0,01	0,01	4,08		6,78	4,44	3,62	0,91
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СВ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

Итого по подменю: 83,23 41,54 35,51 99,22 887,06 0,40 0,47 26,33 84,44 148,21 613,34 142,14 8,28

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 10,)

32 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ (СБ2018)	100	3,29	8,09	7,74	116,88	0,02	0,06	8,85	17,71	40,59	83,62	23,28	1,31
135/143 СВ	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ (СБ2018)	250/20	15,45	9,90	28,53	267,37	0,15	0,20	22,24	27,50	98,63	200,89	46,26	2,56
341 СВ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ"(СБ2018)	100	16,43	14,86	11,69	246,53	0,07	0,17	0,96	27,40	33,64	175,46	21,05	2,35
386 СВ 2018Г	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (СБ2018)	180	4,68	7,47	38,42	239,89	0,21	0,06	0,49	32,40	6,24	204,53	71,45	1,32
486 СВ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)	200	0,16	0,16	13,91	57,69	0,01	0,01	4,08		6,78	4,44	3,62	0,91
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 СВ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

Итого по подменю: 93,33 44,75 40,92 127,65 1064,04 0,50 0,52 36,62 105,01 194,48 703,14 173,46 9,29