

Меню на 21.12.2022 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 3,)														
91 СВ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (2ВАР.)Н/Б	15/15/5	5,13	7,75	7,93	118,90	0,02	0,07	0,11	54,50	17,55	99,75	9,45	0,33
221 СВ 2018г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, МОЛОЧНАЯ(СБ2018)	200	8,32	6,63	38,97	249,49	0,19	0,20	1,25	39,20	138,24	218,78	43,55	2,32
461 СВ 2018г	ЧАЙ КАРКАДЕ	200			15,04	60,12			0,10		10,25	8,25	4,40	0,87
82 СВ 2018г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Г140 (СБ2018)	140	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		26,60	22,40	16,80	3,22
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
Итого по подменю:			83,23	15,59	15,00	85,88	482,29	0,26	0,32	8,46	93,70	196,64	362,18	77,00 6,96

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 3,)

91 СВ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (2ВАР.)Н/Б	15/15/5	5,13	7,75	7,93	118,90	0,02	0,07	0,11	54,50	17,55	99,75	9,45	0,33
221 СВ 2018Г	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ, МОЛОЧНАЯ(СБ2018).	250	10,41	8,32	48,72	312,19	0,24	0,25	1,56	49,20	172,72	273,47	54,43	2,90
460 СВ 2018Г	ЧАЙ С МОЛОКОМ (СБ2018)	200	1,45	1,25	12,45	67,17	0,02	0,08	0,75	10,00	70,10	53,25	11,40	0,90
82 СВ 2018Г	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Г140 (СБ2018)	140	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		26,60	22,40	16,80	3,22
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
Итого по подменю:			93,33	19,13	17,94	93,04	552,04	0,33	0,45	9,42	113,70	290,97	461,87	94,88 7,57

Директор _____ /Яксун В.В./

Зав. производ. _____ / /

Калькулятор _____ /Шарафиева

ООО КП "Вкус и качество"
 Меню на 21.12.2022 года

"Согласовано"

Директор школы _____ //

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 3,)

150 СВ 2018Г	ИКРА КАБАЧКОВАЯ(ПРОМЫШЛЕН.ПРОИЗВОД	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,30	0,30	0,96		32,00	30,00	13,00	0,80
126 СВ 2013Г	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (СО СМЕТАНОЙ*)	250/10	12,39	11,71	10,33	188,96	0,07	0,13	25,65	10,00	63,36	149,74	36,20	2,53
300 СВ 2018Г	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ/МИНТАЙ(СБ2018)	90	16,11	5,98	3,72	133,19	0,11	0,22	0,58	73,10	66,55	248,13	47,76	1,33
377 СВ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (СБ2018)	150	3,32	6,01	22,44	157,58	0,17	0,13	26,39	31,70	43,89	98,43	33,30	1,23
348 СВ 2017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/ИЗЮМА	200	0,47	0,10	28,16	115,40	0,03	0,02	0,40		16,85	26,02	8,52	0,65
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
109 СВ 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:		83,23	38,17	29,66	97,23	805,17	0,72	0,82	53,98	114,80	231,25	586,52	146,58	7,38

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 3,)

150 СВ 2018Г	ИКРА КАБАЧКОВАЯ/ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА (СБ2018)	100	1,90	8,90	7,70	119,00	0,30	0,30	0,96		32,00	30,00	13,00	0,80
126 СВ 2013Г	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (СО СМЕТАНОЙ*)	250/10	12,39	11,71	10,33	188,96	0,07	0,13	25,65	10,00	63,36	149,74	36,20	2,53
170 СВ 2013	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА.	20	2,49	0,32	14,99	74,34	0,04	0,01			6,30	20,48	4,41	0,35
300 СВ 2018Г	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ/МИНТАЙ (СБ2018)	100	17,82	6,62	4,10	147,37	0,13	0,24	0,64	81,24	73,77	274,66	52,82	1,47
377 СВ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(СБ2018)	180	3,98	7,17	26,93	188,70	0,20	0,16	31,67	37,80	52,58	118,08	39,95	1,47
348 СВ 2017	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕНЫХ/ИЗЮМА	200	0,47	0,10	28,16	115,40	0,03	0,02	0,40		16,85	26,02	8,52	0,65
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
109 СВ 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:		93,33	43,79	35,34	120,17	972,41	0,81	0,88	59,32	129,04	253,46	653,18	162,70	8,11