

Меню на 28.01.2023 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 6,)

43 СВ 2018Г	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕН.ОГУРЦАМИ(СБ2018)	60	0,97	3,77	7,06	66,25	0,05	0,03	8,74		9,27	30,34	12,80	0,83
371 СВ 2018Г	КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ(СБ2018).	90	13,34	13,17	4,47	190,02	0,09	0,12	1,49	39,16	19,26	136,73	21,48	1,03
380 СВ 2018	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (СБ2018).	150	3,59	5,15	15,50	122,83	0,07	0,09	77,42	27,20	92,35	67,51	33,75	1,66
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:		91.76	21,06	22,49	56,12	513,67	0,23	0,25	87,75	66,36	134,98	255,83	75,23	4,59

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 6,)

43 СВ 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
371 СВ 2018Г	КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ (СБ2018)	100	14,82	14,63	5,01	211,30	0,10	0,13	1,66	43,50	21,62	152,15	23,95	1,15
380 СВ 2018Г	КАПУСТА ТУШЕНАЯ(СБ2018),	180	4,31	6,13	18,62	147,09	0,08	0,11	92,87	32,40	110,61	80,91	40,45	1,98
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:		102.89	23,91	27,45	64,48	603,36	0,29	0,31	109,20	75,90	161,77	304,86	92,92	5,58

Директор _____ /Яксун В.В./

Зав. производ. _____ / /

Калькулятор _____ /Шарафиева

Обеспечение питанием обучающихся 2 Смена

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 6,)														
26 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)	60	0,86	3,65	5,07	56,56	0,01	0,02	5,76		22,05	24,99	12,72	0,81
135/143 СВ	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ,ГРЕНКАМИ(СБ2018).	200/20	12,80	7,97	25,67	227,81	0,12	0,16	15,39	22,00	74,81	162,56	36,20	3,61
333 СВ 2018Г	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ(СБ2018)	90	10,55	11,64	4,91	166,44	0,06	0,10	14,17	18,00	22,07	125,84	22,51	1,71
202 СВ 2013г.	КАРТОФЕЛЬ,ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,77	11,30	19,20	170,18	0,14	0,12	21,74	67,55	48,28	99,01	28,95	1,09
496 СВ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(СБ2018)	200	0,68	0,28	19,64	83,78	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
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:		91,76	33,40	35,36	102,45	843,41	0,38	0,48	257,06	107,55	188,11	450,00	111,58	8,69

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 6,)														
26 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (СБ2018)	100	1,44	6,09	8,45	94,27	0,02	0,04	9,60		36,62	41,63	21,19	1,35
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	4,47
333 СВ 2018Г	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ(СБ2018).	100	11,68	12,92	5,11	183,25	0,06	0,11	15,74	20,00	25,93	138,30	24,45	1,91
202 СВ 2013г.	КАРТОФЕЛЬ,ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ,	180	4,52	13,56	23,02	204,13	0,17	0,15	25,89	81,06	57,49	118,63	34,60	1,31
496 СВ 2018Г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(СБ2018)	200	0,68	0,28	19,64	83,78	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63
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.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подменю:		102,89	40,09	43,39	121,63	1015,68	0,45	0,58	273,47	128,56	239,57	537,05	137,70	10,51