

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 1,) | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ (СБ2018) | 60 | 0,95 | 3,65 | 5,68 | 59,47 | 0,02 | 0,02 | 22,80 | | 26,24 | 18,55 | 10,04 | 0,36 |
| 130 | СУП С МАК.ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ/ВЕРМШЕЛЬ(СБ2018) | 200 | 10,77 | 6,62 | 13,54 | 157,10 | 0,10 | 0,11 | 9,63 | | 21,31 | 124,98 | 25,06 | 1,89 |
| 347 | КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ". | 90 | 15,30 | 15,21 | 13,73 | 253,97 | 0,08 | 0,13 | 0,85 | | 16,02 | 145,29 | 18,80 | 1,62 |
| 202 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(СБ2018) | 150 | 9,04 | 6,71 | 40,85 | 259,93 | 0,31 | 0,15 | 5,14 | | 24,00 | 214,87 | 142,89 | 4,81 |
| 507 | НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" | 200 | 0,70 | 0,06 | 1,50 | 9,34 | | | | | | | | |
| 108 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ. | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,04 | 94,40 | 0,02 | 0,01 | | | 4,00 | 13,00 | 2,80 | 0,22 |
| 109 | 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 | 32,77 | 103,26 | 878,45 | 0,55 | 0,43 | 38,42 | 40,02 | 104,18 | 537,89 | 204,59 | 9,52 |

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 1,)

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------|---|-----|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| 1 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ(СБ2018) | 100 | 1,61 | 6,10 | 9,52 | 99,50 | 0,03 | 0,04 | 39,04 | | 48,33 | 32,60 | 18,24 | 0,61 |
| 130 | СУП С МАК.ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ/ВЕРМШЕЛЬ(СБ2018) | 250 | 13,21 | 8,23 | 14,99 | 187,12 | 0,11 | 0,12 | 9,73 | | 24,46 | 148,12 | 27,98 | 2,24 |
| 347 | КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" | 100 | 17,01 | 12,90 | 15,26 | 246,22 | 0,09 | 0,15 | 0,94 | | 34,51 | 161,40 | 20,91 | 1,80 |
| 237 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ., | 180 | 10,50 | 8,60 | 47,38 | 308,98 | 0,36 | 0,18 | 5,96 | | 35,06 | 252,55 | 166,59 | 5,69 |
| 507 | НАПИТОК С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА" | 200 | 0,70 | 0,06 | 1,50 | 9,34 | | | | | | | | |
| 108 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,56 | 141,60 | 0,02 | 0,01 | | | 4,00 | 13,00 | 2,80 | 0,22 |
| 109 | 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 | 36,73 | 135,05 | 1081,24 | 0,63 | 0,51 | 55,67 | 50,20 | 150,96 | 628,87 | 241,52 | 11,18 |

ООО КП "Вкус и качество"

Меню на 10.10.2022 года

"Согласовано"

Директор школы _____ //

Обеспечение питанием обучающихся 1 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 1,) | | | | | | | | | | | | | | |
| 90 СВ 2013г. | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР.)Н/Б | 20/20/5 | 6,82 | 9,12 | 10,55 | 147,51 | 0,03 | 0,08 | 0,14 | 66,00 | 23,00 | 132,50 | 12,60 | 0,43 |
| 217 СВ 2018г | КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ(МОЛОЧНАЯ)(СБ2018) | 200 | 6,18 | 7,22 | 37,17 | 239,24 | 0,19 | 0,19 | 1,63 | 39,60 | 124,39 | 234,77 | 64,98 | 1,08 |
| 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 | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,52 | 47,20 | 0,02 | 0,01 | | | 4,00 | 13,00 | 2,80 | 0,22 |
| 82 СВ 2018г | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я100(СБ2018) | ШТ | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 | 0,02 | 0,01 | 6,67 | | 10,67 | 7,33 | 6,00 | 1,47 |
| 589 СВ 2013 | ПРЯНИК, | шт | 1,76 | 13,77 | 28,13 | 243,45 | 0,02 | 0,01 | | 2,70 | 3,60 | 18,90 | 2,70 | 0,27 |
| Итого по подмену: 83,23 | | | 16,74 | 30,71 | 105,22 | 761,97 | 0,28 | 0,30 | 8,54 | 108,30 | 175,76 | 414,75 | 93,48 | 4,32 |

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 1,)


| 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 5-11 кл. (День 1,) | | | | | | | | | | | | | | |
| 90 СВ 2013г. | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР.)Н/Б | 20/20/5 | 6,82 | 9,12 | 10,55 | 147,51 | 0,03 | 0,08 | 0,14 | 66,00 | 23,00 | 132,50 | 12,60 | 0,43 |
| 217 СВ 2018г | КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (МОЛОЧНАЯ)(СБ2018). | 250 | 7,73 | 9,06 | 46,51 | 299,58 | 0,24 | 0,24 | 2,03 | 49,70 | 152,01 | 292,77 | 81,02 | 1,32 |
| 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 | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,52 | 47,20 | 0,02 | 0,01 | | | 4,00 | 13,00 | 2,80 | 0,22 |
| 82 СВ 2018г | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я100(СБ2018) | ШТ | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 | 0,02 | 0,01 | 6,67 | | 10,67 | 7,33 | 6,00 | 1,47 |
| 589 СВ 2013 | ПРЯНИК, | шт | 1,76 | 13,77 | 28,13 | 243,45 | 0,02 | 0,01 | | 2,70 | 3,60 | 18,90 | 2,70 | 0,27 |
| Итого по подмену: 93,33 | | | 18,29 | 32,55 | 114,56 | 822,31 | 0,33 | 0,35 | 8,94 | 118,40 | 203,38 | 472,75 | 109,52 | 4,56 |

Директор  /Яксун В.В./

Заев. производ. _____ /

 /Займено

Калькулятор _____

 Шарафиева