

Меню на 15.10.2022 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
106 СВ 2013Г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20		10,20	18,00	8,40	0,30
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	3,70	5,15	15,96	125,11	0,07	0,09	78,50	27,20	92,83	69,14	34,95	1,34
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			20,62	18,78	50,66	456,48	0,20	0,23	84,29	66,36	136,39	245,12	72,03	3,74

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

148 СВ 2018Г	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ/огурцы (СБ2018)	100	0,70	0,10	1,90	11,30	0,03	0,02	7,00		17,00	30,00	14,00	0,50
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	4,44	6,13	19,16	149,76	0,09	0,11	94,13	32,40	111,17	82,82	41,85	1,61
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			23,12	21,26	55,16	506,93	0,24	0,27	102,89	75,90	163,89	286,22	87,00	4,33

Директор _____ /Яксун В.В./

Зав. производ. _____ //

Калькулятор _____

Шарафиева _____

ООО КП "Вкус и качество"

Меню на 15.10.2022 года

Обеспечение питанием обучающихся 2 Смена

"Согласовано"

Директор школы _____ //

№ 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,)														
106 СБ 2013Г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
135/143 СБ	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	2,08
333 СБ 2018Г	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ(СБ2018)	90	10,60	11,65	5,28	168,25	0,06	0,10	14,18	18,00	22,09	127,81	23,20	1,73
202 СБ 2013Г.	КАРТОФЕЛЬ,ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	3,74	11,30	19,14	169,82	0,14	0,12	20,84	67,55	46,27	98,18	28,32	1,08
496 СБ 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 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
109 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:			33,22	31,84	99,97	801,14	0,41	0,48	265,41	107,55	172,47	441,75	110,92	6,90

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

148 СБ 2018Г	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ/ПОМИДОРЫ (СБ2018)	100	1,10	0,20	3,80	21,40	0,06	0,04	25,00		14,00	26,00	20,00	0,90
135/143 СБ	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
333 СБ 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 СБ 2013Г.	КАРТОФЕЛЬ,ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ,	180	4,49	13,56	22,97	203,77	0,17	0,15	24,99	81,06	55,49	117,79	33,97	1,29
496 СБ 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 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
109 СБ 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:			39,72	37,50	116,93	942,45	0,49	0,58	287,97	128,56	214,95	520,58	135,88	8,13