

ООО КП "Вкус и качество"  
 Меню на 18.10.2022 года

"Согласовано"

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	
<b>Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 8,)</b>															
90 СБ 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	
300 СБ 2018Г	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ/МИНТАЙ(СБ2018)	90	16,52	6,02	6,54	146,53	0,12	0,22	0,58	73,10	67,27	251,57	48,40	1,37	
377 СБ 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	
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89	
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	
<b>Итого по подменю: 83,23</b>			29,88	21,56	68,83	587,38	0,34	0,44	30,09	170,80	151,14	505,33	102,36	4,14	

**Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 8,)**

90 СБ 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
300 СБ 2018Г	РЫБА,ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ/МИНТАЙ (СБ2018)	100	18,34	6,67	7,21	162,33	0,13	0,24	0,64	81,28	74,72	279,40	53,74	1,52
377 СБ 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
459 СБ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
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
<b>Итого по подменю: 93,33</b>			32,36	23,37	73,99	634,30	0,38	0,49	35,43	185,08	167,28	552,81	114,35	4,53

Директор \_\_\_\_\_ /Яксун В.В./

Зав. производ. \_\_\_\_\_ / /

Калькулятор \_\_\_\_\_

Шарафиева \_\_\_\_\_



## Обеспечение питанием обучающихся 2 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
<b>Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 8,)</b>														
106 СБ 2013г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(огурцы/помидоры)	30/30	0,54	0,09	1,71	9,81	0,03	0,02	9,60		9,30	16,80	10,20	0,42
117 СБ 2018г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ2018)	250/10	12,07	11,55	11,79	192,16	0,14	0,15	22,91	10,00	44,11	155,86	35,21	2,21
356 СБ 2018г	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГОНОВСКИ (СБ2018).	90	19,42	12,65	6,88	205,55	0,32	2,33	34,82	885,06	28,27	343,30	20,87	7,34
234 СБ 2018г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ(СБ2018)	150	4,34	11,59	31,91	249,92	0,21	0,07	6,17		27,19	198,65	69,48	1,73
504 СБ 2018г	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"	200			30,20	120,80								
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
<b>Итого по подменю: 83,23</b>			41,11	36,40	110,45	916,88	0,74	2,59	73,50	895,06	117,47	748,81	143,56	12,54

**Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 8,)**

106 СБ 2013г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(огурцы/помидоры)..	50/50	0,90	0,15	2,85	16,35	0,03	0,02	12,00		11,63	21,00	12,75	0,53
117 СБ 2018г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (СБ2018)	250/10	12,07	11,55	11,79	192,16	0,14	0,15	22,91	10,00	44,11	155,86	35,21	2,21
356 СБ 2018г	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГОНОВСКИ(СБ2018)	100	21,57	14,06	7,64	228,39	0,36	2,58	38,69	983,40	31,13	381,39	23,17	8,15
234 СБ 2018г	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ(СБ2018).	180	5,20	13,90	38,28	299,84	0,26	0,08	7,40		32,63	238,32	83,35	2,07
504 СБ 2018г	КИСЕЛЬ С ВИТАМИНАМИ "ВИТОШКА"	200			30,20	120,80								
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
<b>Итого по подменю: 93,33</b>			44,48	40,18	118,72	996,18	0,83	2,85	81,00	993,40	128,10	830,77	162,28	13,80