

ООО "Вкус и Качество"  
 Меню на 20.10.2020 года

"Согласовано"

Директор школы Алиса //

ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ (7-10ЛЕТ)

№ 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>Завтрак</b>														
047 СВ 2013г.	КАША ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	3,24	11,00	10,35	154,12	0,05	0,18	1,43	62,00	137,49	102,60	15,58	0,17
095 СВ 2013г.	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,45	1,25	17,44	87,12	0,02	0,08	0,75	10,00	70,25	53,25	11,40	0,92
011 СВ 2013г.	БАТОН НАРЕЗНОЙ.	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24
000 СВ 2013г.	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦ)	10	2,56	2,61		33,73		0,04	0,07	23,00	9,00	59,00	5,00	0,09
000 СВ 2013г.	СЫР(ПОРЦИОННЫЙ),	15	3,84	3,92		50,60		0,04	0,07	23,00	9,00	59,00	5,00	0,09
012 СВ 2013г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Г140	140	0,56	0,42	14,42	63,70	0,03	0,04	7,00		26,60	22,40	16,80	3,22
<b>Итого по подменю:</b>			13,90	20,07	57,63	467,78	0,12	0,39	9,32	118,00	256,14	309,25	56,38	4,73
<b>Обед</b>														
000 СВ 2013г.	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ.	60	0,68	6,08	6,37	83,16	0,02	0,02	12,78		17,74	17,46	10,85	0,53
054 СВ 2013г.	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ(РИС)	250	2,35	6,92	13,65	126,50	0,09	0,06	21,11	15,00	36,87	75,53	29,03	0,82
012 СВ 2013г.	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ.	80	12,89	12,12	8,10	194,17	0,08	0,13	1,46	37,08	40,25	124,71	16,48	0,99
091 2013 Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,64	6,27	36,01	223,07	0,09	0,03		27,20	73,88	59,16	11,90	1,32
008 СВ 2013г.	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,55	0,03	29,72	121,28	0,01	0,01	0,50		28,20	19,25	7,50	1,55
008 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
008 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
<b>Итого по подменю:</b>			25,27	31,74	112,29	839,62	0,33	0,27	35,85	79,28	205,54	330,31	83,56	6,05
<b>Полдник</b>														
040 СВ 2004 Г	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ С ЯЙЦОМ	100	9,84	9,68	51,45	332,26	0,14	0,15	0,01	85,85	32,10	111,01	14,67	1,44

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
516 СВ 2013	БИФИЛАЙФ	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20

**Итого по подменю:**

15,64 14,68 59,45 432,46 0,22 0,49 1,41 125,85 272,10 291,01 42,67 1,64

**"Утверждаю"**

Директор



/Кудинова Т.Л./

Зав. производством



Калькулятор



/ Саморханова