ООО "Вкус и Качество"

Меню на 20.04.2021 года

"Согласовано"

Директор школы _____ //

ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ (11-18 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A,мкг	Ca	P	Mg	Fe
	Завтрак №1													
90 СБ 2013г.	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (1ВАР.)Н/Б	20/20/5	6,81	9,62	10,52	151,85	0,03	0,08	0,14	75,50	22,40	131,95	12,60	0,43
226 СБ 2018Г	КАША "ДРУЖБА"(СБ2018).,	250	6,68	9,28	32,91	242,70	0,17	0,22	1,81	62,38	159,70	208,35	50,60	0,92
616 СБ 2013	ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"	200			9,24	36,96	0,03	0,03	15,06		5,88	4,95	2,64	0,49
112 СБ 2013г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Г140	140	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		26,60	22,40	16,80	3,22
111 СБ 2013г	БАТОН НАРЕЗНОЙ.	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24
	Итого по подменю:	105,00	16,30	20,19	82,51	516,60	0,28	0,38	24,01	137,88	218,38	380,65	85,24	5,30
	Завтрак №2													
148 СБ 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
372 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ(СБ2018)	100	16,68	16,01	11,56	258,56	0,10	0,16	1,89	36,00	65,02	166,89	22,33	1,37
213 СБ 2018Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018).	200	3,74	5,19	22,02	149,79	0,13	0,06	2,13	30,16	9,54	89,63	59,28	2,03
462 СБ 2018Г	КАКАО С МОЛОКОМ 1-Й ВАРИАНТ(СБ2018)	200	3,48	2,86	15,02	100,38	0,04	0,16	1,30	20,00	123,37	105,72	24,20	0,78
111 СБ 2013г	БАТОН НАРЕЗНОЙ.	30	2,25	0,87	15,42	78,51	0,02	0,01			3,80	13,00	2,60	0,24
	Итого по подменю:	105,00	26,85	25,03	65,92	598,54	0,32	0,41	12,32	86,16	218,73	405,24	122,41	4,92
	Обед №1													
54 СБ 2018Г	ИКРА МОРКОВНАЯ (СБ2018)	100	2,01	6,10	10,90	107,63	0,08	0,08	13,07		29,83	62,34	38,81	5,67
124 СБ 2018Г	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (СБ2018)	250	9,22	9,34	16,35	186,80	0,12	0,16	16,90	22,42	38,76	185,22	50,17	2,32
339 СБ 2018Г	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ(СБ 2018)	100/30	16,20	23,04	17,04	341,13	0,08	0,16	1,10	54,55	40,54	167,83	22,29	2,21
207 СБ 2018Г	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(СБ2018)	180	5,56	6,59	39,79	240,77	0,40	0,24		236,00	222,20	1092,25	137,50	6,75

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн.	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У	ккал	B1	B2	C	A,мкг	Ca	P	Mg	Fe
507 СБ 2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	0,08	0,06	3,06	4,96		0,01	1,08		3,91	3,24	2,42	0,46
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
108 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:	**108,00**	39,39	45,77	124,02	1064,17	0,72	0,67	32,15	312,97	343,84	1545,08	258,99	18,25

Обед №2

9 СБ 2018Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ (СБ2018)	100	1,60	6,10	8,25	96,67	0,02	0,02	25,36		42,23	31,09	14,39	0,58
156 СБ 2013г.	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ(СБ2018)	250	15,12	11,83	13,83	222,55	0,08	0,13	3,11	12,40	30,57	156,20	24,04	2,90
337 СБ 2018Г	КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (СБ2018)	100	15,70	17,26	5,78	241,33	0,07	0,21	0,59	55,00	68,01	190,55	23,45	2,19
377 СБ 2018Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(СБ2018)	180	3,96	8,07	26,89	196,47	0,20	0,16	31,67	53,78	51,62	117,21	39,95	1,47
495 СБ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (СБ2018)	200	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,44		22,54	15,42	6,01	1,23
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
108 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:	**108,00**	43,14	43,92	113,41	1028,96	0,41	0,55	61,17	121,18	223,57	544,67	115,64	9,21

Полдник

540 СБ 2018Г	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ(СБ2018).	80	4,42	6,12	29,25	189,29	0,11	0,08	8,98	40,98	23,25	65,66	16,37	0,85
469 СБ 2018Г	МОЛОКО КИПЕЧЕНОЕ (СБ2018)	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0,08	0,30	2,60	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20
82 СБ 2018Г	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Я100(СБ2018)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,02	0,01	6,67		10,67	7,33	6,00	1,47
	Итого по подменю:	**59,00**	10,62	11,52	48,65	341,69	0,21	0,39	18,25	80,98	273,92	252,99	50,37	2,52

Директор _____ ***/Кудинова Т.Л./*** ***Зав. производ.*** _____ ***/ /*** ***Калькулятор*** _____ ***/ Терещенко***