

МЕНЮ

09.11.2020

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы



Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
ЗАВТРАК - 61																		
3/2008	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	88	4,50	4,50	7,40	0,02		0,04	0,30	134,00	85,00	7,00	0,30				
189/2008	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	236	7,20	8,90	31,50	0,02	1,00	0,04	0,10	210,00	238,00	36,00	2,00				
433/2008	КАКАО С МОЛОКОМ	200	134	2,90	2,50	24,80	0,04	1,00	0,01	0,38	121,00	90,00	14,00	1,00				
/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13				13,75			0,50				
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	44	0,40	0,40	9,80	0,03	1,00	0,03	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20				
Итого за ЗАВТРАК - 61 руб.			574	17,00	17,46	86,49	0,24	3,00	0,12	0,98	494,75	424,00	66,00	6,00				
ОБЕД - 106																		
52/209/2011	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, С ЯЙЦОМ ВАРЕНЫМ	60/20	100	5,66	7,00	3,60	0,03	2,66	0,10	1,28	36,18	93,25	13,27	1,52				
91/2008	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	102	2,33	4,15	13,62	0,07	6,42	0,17	0,18	24,40	61,45	20,82	0,80				
272/2008	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	230	12,00	12,32	10,08	0,06		2,88	196,00	240,00	19,20	1,60					
350/2008	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	119	3,50	6,70	11,50	0,08	11,00	0,25	0,39	44,00	44,00	26,00	1,10				
411/2008	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	113	0,10	0,10	27,90	0,01	28,60	0,10	0,10	5,00	8,00	2,00	0,40				
к/к/ /	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40 25	92 72	3,20 2,00	1,70 1,16	20,40 12,99	0,10 0,13		0,38	8,30 13,75	40,40			0,10 0,50				
Итого за ОБЕД - 106 руб.			828	28,79	33,13	100,09	0,48	48,68	0,52	5,21	327,63	487,10	81,29	6,02				
ОБЕД - 167																		
52/2011	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	93	1,40	6,00	8,26	0,02	3,65	1,82	35,40	40,63	20,69	1,32					
91/2008	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	127	2,89	5,16	16,94	0,09	7,62	0,21	0,21	29,40	76,10	26,02	1,01				
272/2008	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	289	16,10	14,60	24,80	0,08		3,60	120,00	150,00	24,00	2,00					
350/2008	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	143	4,08	8,04	13,80	0,70	13,20	0,91	0,48	52,80	105,60	31,20	1,32				
411/2008	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТАМИНОМ "С"	200	113	0,10	0,10	27,90	0,01	28,60	0,10	0,10	5,00	8,00	2,00	0,40				
к/к/ /	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40 40	92 94	3,20 2,90	1,70 1,06	20,40 18,24	0,10 0,04		0,38	8,30 7,74	40,40 29,58			0,10 0,70				
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	44	0,40	0,40	9,80	0,03	1,00	0,03	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20				
Итого за ОБЕД - 167 руб.			995	31,07	37,06	140,14	1,07	54,07	1,15	6,41	274,64	461,31	124,39	9,05				

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор