

МЕНЮ

13.11.2020

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ:

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
ЗАВТРАК - 61																		
2/2011	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ЧЕРНОСМОРОДИНОВЫМ	20/15	132	1,20	0,87	22,00	0,02	0,48	0,03	0,40	8,00	14,00	5,00	0,30				
193/2008	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И СТУШЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	264	7,10	9,50	47,20	0,05		0,08	1,00	176,00	351,00	29,10	0,47				
434/2008	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	113	6,10	5,30	10,10	0,08	3,00	0,02	0,20	252,00	189,00	29,00	2,00				
338/2008	МАНДАРИН	80	30	0,60		6,00		30,40			128,00	113,60	8,80	0,10				
Итого за ЗАВТРАК - 61 руб.			539	15,00	15,67	85,30	0,15	33,88	0,13	1,60	564,00	667,60	71,90	2,87				
ОБЕД - 106																		
37/2011	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	120	0,80	8,80	4,30		1,80		0,09	17,30	21,20	3,10	0,20				
94/2008	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ	200	111	5,10	5,70	9,90	0,05	8,00	0,14	1,98	30,20	112,80	17,60	0,50				
239/2008	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	159	12,30	7,30	17,10	0,03		0,08	1,17	57,83	296,50	63,00	0,80				
333/2008	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	148	2,90	4,70	23,50	0,15	21,00	0,04	0,20	21,00	79,00	30,00	1,20				
401/2008	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	200	116	0,50	0,10	28,10	0,03	25,00		0,10	16,00	26,00	8,00	0,60				
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10			0,38	8,30	40,40		0,10				
/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13				13,75			0,50				
/	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ. 3,2% ЖИРНОСТИ	1/100	87	5,00	3,20	8,50	0,03	0,60	0,02		119,00	119,00	14,00	0,10				
Итого за ОБЕД - 106 руб.			905	31,80	32,66	124,79	0,52	56,40	0,28	3,92	283,38	694,90	135,70	4,00				
ОБЕД - 167																		
40/2008	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	83	1,60	5,10	7,70	0,02	27,00	0,03	2,30	49,00	28,00	15,00	0,70				
94/2008	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ	250	115	3,43	5,78	12,58	0,06	1,02	0,09	0,40	38,40	118,00	18,36	0,91				
258/2011	МЯСО ДУХОВОЕ (СВИНИНА)	300	265	16,70	17,50	25,70	0,15	8,96	0,57	0,57	51,49	310,09	73,16	4,96				
401/2008	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	200	116	0,50	0,10	28,10	0,03	25,00		0,10	16,00	26,00	8,00	0,60				
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10			0,75	8,30	40,40		0,10				
/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	144	4,00	2,33	25,99	0,25				27,50			1,00				
/	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ. 3,2% ЖИРНОСТИ	1/100	87	5,00	3,20	8,50	0,03	0,60	0,02		119,00	119,00	14,00	0,10				
Итого за ОБЕД - 167 руб.			902	34,43	35,71	128,97	0,64	62,58	0,71	4,12	309,69	641,49	128,52	8,37				

Зам. директора ОЦ СТРО

Зав. производством

Калькулятор

