

ООО "Вкус и Качество"
 Меню на 04.05.2023 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 |
| Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 9,) | | | | | | | | | | | | | | |
| 106 СВ 2013г. | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(огурцы) | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,78 | 0,02 | 0,01 | 4,20 | | 10,20 | 18,00 | 8,40 | 0,30 |
| 336 СВ 2018г | ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ПАРОВЫЕ(СБ2018). | 90 | 11,53 | 11,16 | 14,56 | 205,21 | 0,09 | 0,09 | 0,12 | 3,60 | 9,07 | 155,36 | 30,40 | 1,83 |
| 221 СВ 2018г | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018) | 150 | 6,24 | 5,01 | 29,23 | 187,45 | 0,14 | 0,15 | 0,94 | 29,60 | 103,78 | 164,12 | 32,67 | 1,74 |
| 467 СВ 2018г | НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ | 200 | 4,35 | 3,75 | 17,18 | 120,90 | 0,06 | 0,23 | 1,95 | 30,00 | 180,30 | 135,00 | 21,00 | 0,18 |
| 108 СВ 2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ. | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,04 | 94,40 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| 109 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 |

Итого по подменю: 91,76 27,28 20,50 90,07 658,98 0,37 0,50 7,21 63,20 315,95 519,68 103,07 5,11

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 9,)

| | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------|--|-----|-------|-------|-------|--------|------|------|------|-------|--------|--------|-------|------|
| 148 СВ 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 |
| 336 СВ 2018г | ЗРАЗЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ ПАРОВЫЕ(СБ2018) | 100 | 12,82 | 12,40 | 16,19 | 228,08 | 0,11 | 0,10 | 0,13 | 4,00 | 9,91 | 172,66 | 33,80 | 2,04 |
| 221 СВ 2018г | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018). | 180 | 7,49 | 5,96 | 35,08 | 224,54 | 0,17 | 0,18 | 1,12 | 35,28 | 124,60 | 196,94 | 39,21 | 2,09 |
| 467 СВ 2018г | НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ | 200 | 4,35 | 3,75 | 17,18 | 120,90 | 0,06 | 0,23 | 1,95 | 30,00 | 180,30 | 135,00 | 21,00 | 0,18 |
| 108 СВ 2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ. | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,04 | 94,40 | 0,04 | 0,01 | | | 8,00 | 26,00 | 5,60 | 0,44 |
| 109 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 |

Итого по подменю: 102,89 30,10 22,73 98,31 723,46 0,43 0,55 10,20 69,28 344,41 581,80 118,61 5,87

Директор Кудинова Т.Л. /Кудинова Т.Л./

Зав. производ. Средина // Калькулятор Терещенко

ООО "Вкус и Качество"
 Меню на 04.05.2023 года

"Согласовано"
 Директор школы _____ //

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 |
| Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 9,) | | | | | | | | | | | | | | |
| 107 СВ 2013г. | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ). | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6,54 | 0,01 | 0,01 | 3,00 | | 13,80 | 14,40 | 8,40 | 0,36 |
| 98 СВ 2018Г | СВЕКОЛЬНИК (СБ2018) | 200/8 | 10,31 | 9,49 | 14,05 | 177,09 | 0,09 | 0,13 | 14,28 | 8,00 | 44,71 | 137,86 | 34,50 | 2,89 |
| 348 СВ 2013г. | РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ (МИНТАЙ) | 90 | 14,41 | 4,80 | 6,58 | 127,90 | 0,11 | 0,15 | 0,62 | 45,90 | 73,47 | 223,23 | 47,13 | 1,06 |
| 377 СВ 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 |
| 495 СВ 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 СВ 2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,56 | 141,60 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| 109 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 |
| Итого по подменю: | | 91,76 | 35,28 | 21,10 | 103,35 | 744,01 | 0,47 | 0,46 | 44,73 | 85,60 | 215,01 | 549,54 | 142,74 | 8,05 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--------------------------------------|---------------|-------|-------|--------|--------|------|------|-------|-------|--------|--------|--------|-------|
| Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 9,) | | | | | | | | | | | | | | |
| 107 СВ 2013г. | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ) | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,90 | 0,02 | 0,02 | 5,00 | | 23,00 | 24,00 | 14,00 | 0,60 |
| 98 СВ 2018Г | СВЕКОЛЬНИК(СБ2018) | 250/10 | 12,89 | 11,87 | 17,56 | 221,34 | 0,11 | 0,16 | 17,84 | 10,00 | 58,66 | 172,90 | 43,31 | 3,64 |
| 348 СВ 2013г. | РЫБНЫЕ ХЛЕБЦЫ(МИНТАЙ) | 100 | 16,01 | 5,34 | 7,31 | 142,11 | 0,12 | 0,17 | 0,69 | 51,00 | 81,63 | 248,03 | 52,37 | 1,18 |
| 377 СВ 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 |
| 495 СВ 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 СВ 2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, | 60 | 4,74 | 0,60 | 28,56 | 141,60 | 0,07 | 0,02 | | | 12,00 | 39,00 | 8,40 | 0,66 |
| 109 СВ 2013 | ХЛЕБ РЖАНОЙ. | 40 | 3,16 | 0,24 | 17,84 | 88,48 | 0,04 | 0,01 | | | 9,20 | 42,40 | 10,00 | 1,24 |
| Итого по подменю: | | 102,89 | 42,02 | 25,34 | 121,68 | 882,19 | 0,56 | 0,55 | 55,64 | 98,80 | 259,61 | 659,83 | 174,04 | 10,02 |