

ООО "Вкус и Качество"
 Меню на 20.10.2022 года

"Согласовано"
 Директор школы Кудина Т.Л. //

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 10,)														
5 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С ОГУРЦАМИ.	60	0,72	3,65	1,89	43,29	0,02	0,02	15,75		20,42	17,00	8,50	0,31
412 СВ 2013г.	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ.,	90	14,52	13,40	9,09	216,25	0,09	0,14	1,64	41,78	55,40	142,39	19,14	1,20
256 СВ 2018Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (СБ2018)	150	5,56	5,52	36,04	216,11	0,09	0,03		26,80	20,87	48,33	8,73	0,91
457 СВ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:		83,23	23,96	22,97	76,11	610,22	0,22	0,20	17,49	68,58	110,79	228,97	43,57	3,49

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 10,)														
5 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ Б/КАПУСТЫ С ОГУРЦАМИ	100	1,20	6,09	3,16	72,22	0,03	0,03	26,27		34,00	28,50	14,24	0,52
412 СВ 2013г.	КОТЛЕТЫ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ,	100	16,13	14,89	10,12	240,40	0,10	0,16	1,82	46,46	61,48	158,20	21,27	1,33
256 СВ 2018Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(СБ2018)	180	6,67	6,67	43,25	259,72	0,11	0,03		32,40	24,98	58,00	10,47	1,09
457 СВ 2018Г	ЧАЙ С САХАРОМ (СБ2018)	200			10,05	40,17			0,10		10,10	8,25	4,40	0,85
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:		93,33	27,16	28,05	85,62	706,91	0,26	0,23	28,19	78,86	134,56	265,95	53,18	4,01

Директор Кудина Т.Л. /Кудина Т.Л./

Зав. производ. Средников // Калькулятор Сит Терещенко

ООО "Вкус и Качество"
 Меню на 20.10.2022 года

"Согласовано"
 Директор школы *В.А.Иванов*

Обеспечение питанием обучающихся 2 Смена

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
Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 10,)														
106 СВ 2013г.	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ(помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	0,02	15,00		8,40	15,60	12,00	0,54
135 СВ 2018Г	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ(СБ2018)	200	10,31	7,65	10,68	153,47	0,09	0,15	15,39	22,00	68,51	142,09	31,79	1,73
341 СВ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ" (СБ2018)	90	14,78	13,37	10,52	221,87	0,06	0,16	0,86	24,66	30,43	157,94	18,95	2,11
386 СВ 2018Г	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(СБ2018)	150	9,58	9,04	32,10	248,29	0,19	0,09	0,69	27,20	9,48	224,60	66,02	1,90
486 СВ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)	200	0,16	0,16	13,91	57,69	0,01	0,01	4,08		6,78	4,44	3,62	0,91
108 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
109 СВ 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 подмену:		83,23	40,23	30,78	96,85	829,84	0,43	0,45	36,02	73,86	132,20	578,87	140,18	8,03

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 10,)

148 СВ 2018Г	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ/ПОМИДОРЫ (СБ2018)	100	1,10	0,20	3,80	21,40	0,06	0,04	25,00		14,00	26,00	20,00	0,90
135/143 СВ	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ (СБ2018)	250/20	15,45	9,90	28,53	267,37	0,15	0,20	22,24	27,50	98,63	200,89	46,26	2,56
341 СВ 2018Г	КОТЛЕТЫ "ПЕРМСКИЕ"(СБ2018)	100	16,43	14,86	11,69	246,53	0,07	0,17	0,96	27,40	33,64	175,46	21,05	2,35
386 СВ 2018Г	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ (СБ2018)	180	4,68	7,47	38,42	239,89	0,21	0,06	0,49	32,40	6,24	204,53	71,45	1,32
486 СВ 2018Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ/ЯБЛОК (СБ2018)	200	0,16	0,16	13,91	57,69	0,01	0,01	4,08		6,78	4,44	3,62	0,91
108 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
109 СВ 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 подмену:		93,33	42,56	33,03	123,71	968,56	0,54	0,50	52,77	87,30	167,89	645,52	170,18	8,88