

ООО "Вкус и Качество"
 Меню на 30.11.2022 года

"Согласовано"
 Директор школы С.А. Сидорова //

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,)

26 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ(СБ2018)	60	0,86	3,65	5,07	56,56	0,01	0,02	5,76		22,05	24,99	12,72	0,81
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
213 СВ 2018Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)	150	4,92	5,29	16,18	132,49	0,13	0,16	2,53	29,60	92,49	132,25	54,52	1,57
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	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
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: 83,23 26,40 24,37 80,95 653,80 0,33 0,52 10,36 63,20 312,51 481,80 126,44 5,23

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

26 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (СБ2018)	100	1,44	6,09	8,45	94,27	0,02	0,04	9,60		36,62	41,63	21,19	1,35
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
213 СВ 2018Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (СБ2018)	180	5,89	6,30	19,39	158,46	0,15	0,19	3,04	35,28	112,66	158,90	65,45	1,90
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	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
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: 93,33 29,24 29,06 89,17 740,35 0,38 0,58 14,72 69,28 348,09 542,39 149,24 6,31

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

Зав. производ. _____ / /

Калькулятор Сидорова С.А. Терещенко

ООО "Вкус и Качество"
 Меню на 30.11.2022 года

"Согласовано"
 Директор школы *С. С. Сидорова* //

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,)														
148 СБ 2018Г	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ/огурцы(СБ2018)	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20		10,20	18,00	8,40	0,30
98 СБ 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	2,40
307 СБ 2018Г	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (СБ2018)	90	12,94	5,30	13,28	153,61	0,10	0,13	0,60	30,36	61,62	190,39	39,46	0,87
377 СБ 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 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	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
109 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 подмену: 83,23 32,17 21,32 100,05 719,80 0,42 0,43 45,91 70,06 191,56 494,30 129,47 6,87

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

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
98 СБ 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	3,02
307 СБ 2018Г	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ(СБ2018)	100	14,38	5,90	14,76	170,81	0,11	0,15	0,66	33,68	68,46	211,71	43,87	0,96
377 СБ 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 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
109 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 подмену: 93,33 38,71 25,70 119,81 864,09 0,49 0,52 57,61 81,48 227,84 582,31 154,94 8,02