

ООО КП "Вкус и Качество"
 Меню на 03.10.2023 года

Директор школы _____

"Согласовано"



ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ (12-18 ЛЕТ)

№ 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
ЗАВТРАК 1 (День 2,)														
267 СВ 2021	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ.	50	6,35	5,75	0,35	78,55	0,04	0,22		125,00	42,22	99,00	6,88	1,37
212 СВ 2021	КАША ИЗ КРУПЫ "ГЕРКУЛЕС"ВЯЗКАЯ.	250	10,43	11,07	46,25	327,20	0,30	0,25	1,59	49,70	179,76	294,63	88,88	2,17
459 СВ 2021	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
555 СВ 2013	ПЛЮШКА С САХАРОМ.(ПОКРОВСКИЙ)	100	0,08	0,49	6,09	32,09								
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22

Итого по подменю: 90,00 18,50 17,52 72,47 526,40 0,36 0,48 4,57 174,70 238,96 416,46 103,82 4,65

ЗАВТРАК 2 (День 2,)

148 СВ 2021	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ).	100	0,70	0,10	1,90	11,30	0,03	0,02	7,00		17,00	30,00	14,00	0,50
356 СВ 2021	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	23,01	13,36	8,06	229,49	0,38	2,76	41,33	1049,00	33,32	406,79	24,70	8,71
256 СВ 2021	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ,	180	6,67	6,02	43,24	253,77	0,11	0,03		28,80	19,98	56,75	10,19	1,05
459 СВ 2021	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 120,00 33,60 19,89 82,50 630,32 0,56 2,82 51,31 1077,80 91,28 529,37 59,75 11,59

ЗАВТРАК 3/ОВД (День 2,)

148 СВ 2021	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ).	100	0,70	0,10	1,90	11,30	0,03	0,02	7,00		17,00	30,00	14,00	0,50
356 СВ 2021	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	23,01	13,36	8,06	229,49	0,38	2,76	41,33	1049,00	33,32	406,79	24,70	8,71
216 СВ 2021	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	200	7,01	6,56	39,46	245,65	0,09	0,18	1,27	39,60	137,66	233,49	31,59	0,94
459 СВ 2021	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe
24 СВ 2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
Итого по подменю:		120,00	33,94	20,27	77,52	616,28	0,54	2,97	52,58	1088,60	210,16	722,51	85,55	12,28

ОБЕД 1 (День 2,)

17 СВ 2021	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,05	6,18	3,61	74,28	0,06	0,04	23,75		14,40	25,05	19,07	0,86
95 СВ 2021	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	300/10	14,46	13,62	14,74	231,03	0,10	0,17	28,38	11,50	70,66	180,45	44,69	3,04
471 СВ 2022	ФИШБОЛЫ	100	15,58	3,23	12,76	142,49	0,10	0,12	0,90	25,50	38,50	208,60	45,61	0,86
643 СВ 2022	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СБ 2022),	200	4,32	4,33	29,37	174,36	0,22	0,17	34,60	22,00	61,43	128,92	43,99	1,64
819 СВ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУХИХ (КУРАГА)	200	0,84	0,05	28,15	117,25	0,02	0,03	1,04		26,60	23,58	16,92	0,58
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ..	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
24 СВ 2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
Итого по подменю:		131,00	44,15	28,25	135,03	969,49	0,61	0,96	88,67	59,00	232,79	648,00	188,68	8,88

ОБЕД 2/ОВД (День 2,)

17 СВ 2021	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,05	6,18	3,61	74,28	0,06	0,04	23,75		14,40	25,05	19,07	0,86
95 СВ 2021	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	300/10	14,46	13,62	14,74	231,03	0,10	0,17	28,38	11,50	70,66	180,45	44,69	3,04
471 СВ 2022	ФИШБОЛЫ	100	15,58	3,23	12,76	142,49	0,10	0,12	0,90	25,50	38,50	208,60	45,61	0,86
643 СВ 2022	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СБ 2022),	200	4,32	4,33	29,37	174,36	0,22	0,17	34,60	22,00	61,43	128,92	43,99	1,64
819 СВ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУХИХ (КУРАГА)	200	0,84	0,05	28,15	117,25	0,02	0,03	1,04		26,60	23,58	16,92	0,58
24 СВ 2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ,,	60	4,74	0,36	26,76	132,72	0,07	0,02			13,80	63,60	15,00	1,86
Итого по подменю:		131,00	40,99	27,77	115,39	872,13	0,57	0,55	88,67	59,00	225,39	630,20	185,28	8,84

ПОЛДНИК (День 2,)

	БУЛОЧКА К ЧАЮ (ПОКРОВСКИЙ)	70	5,04	2,52	31,36	168,28								
470 СВ 2021	КЕФИР..	230	6,67	5,75	9,20	115,23	0,09	0,39	1,61	46,00	276,00	207,00	32,20	0,23

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
82 СВ 2021	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я (100)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
Итого по подменю:		72,00	12,11	8,67	50,36	327,91	0,12	0,41	11,61	46,00	292,00	218,00	41,20	2,43

Директор Якушев /Яксун В.В./

Зав. производ. Я / /

Калькулятор Ш / Шарафиева

ООО КП "Вкус и Качество"
 Меню на 03.10.2023 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 2,)														
148 СВ 2021	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	0,01	4,20		10,20	18,00	8,40	0,30
356 СВ 2021	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ.	90	20,71	12,02	7,26	206,54	0,35	2,48	37,20	944,10	29,88	366,08	22,23	7,84
256 СВ 2021	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,56	5,01	36,03	211,48	0,09	0,03		24,00	16,65	47,30	8,49	0,87
459 СВ 2021	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 91,76 29,91 17,50 73,73 560,56 0,50 2,53 44,38 968,10 77,71 467,21 49,98 10,34

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 2,)

148 СВ 2021	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ).	100	0,70	0,10	1,80	11,30	0,03	0,02	7,00		17,00	30,00	14,00	0,50
356 СВ 2021	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	23,01	13,36	8,06	229,49	0,38	2,76	41,33	1049,00	33,32	406,79	24,70	8,71
256 СВ 2021	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ,	180	6,67	6,02	43,24	253,77	0,11	0,03		28,80	19,98	56,75	10,19	1,05
459 СВ 2021	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,04	0,01			8,00	26,00	5,60	0,44

Итого по подменю: 102,89 33,60 19,89 82,50 630,32 0,56 2,82 51,31 1077,80 91,28 529,37 59,75 11,59

Директор _____ /Якусун В.В./

Зав. производ. _____ //

Калькулятор _____ /Шарафиева

ООО КП "Вкус и Качество"
 Меню на 03.10.2023 года

"Согласовано"
 Директор школы _____



Обеспечение питанием обучающихся 2 Смена

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийный, 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 2,)														
17 СВ 2021	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ.	60	0,63	3,71	2,17	44,57	0,03	0,02	14,25		8,64	15,03	11,44	0,52
95 СВ 2021	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/10	12,53	11,78	12,76	199,93	0,09	0,14	24,51	10,00	61,24	156,34	38,70	2,63
471 СВ 2022	ФИШБОЛЫ.	90	14,02	2,91	11,48	128,24	0,09	0,11	0,81	22,95	34,65	187,74	41,05	0,78
643 СВ 2022	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СБ 2022),	200	4,32	4,33	29,37	174,36	0,22	0,17	34,60	22,00	61,43	128,92	43,99	1,64
819 СВ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУХИХ (КУРАГА)	200	0,84	0,05	28,15	117,25	0,02	0,03	1,04		26,60	23,58	16,92	0,58
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ..	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
24 СВ 2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	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	38,66	23,50	121,41	850,19	0,54	0,50	75,21	54,95	209,16	571,81	165,50	7,43

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 2,)														
17 СВ 2021	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,05	6,18	3,61	74,28	0,06	0,04	23,75		14,40	25,05	19,07	0,86
95 СВ 2021	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	300/10	14,46	13,62	14,74	231,03	0,10	0,17	28,38	11,50	70,66	180,45	44,69	3,04
471 СВ 2022	ФИШБОЛЫ	100	15,58	3,23	12,76	142,49	0,10	0,12	0,90	25,50	38,50	208,60	45,61	0,86
643 СВ 2022	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СБ 2022),	200	4,32	4,33	29,37	174,36	0,22	0,17	34,60	22,00	61,43	128,92	43,99	1,64
819 СВ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУХИХ (КУРАГА)	200	0,84	0,05	28,15	117,25	0,02	0,03	1,04		26,60	23,58	16,92	0,58
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ..	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
24 СВ 2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ.	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	44,15	28,25	135,03	969,49	0,61	0,56	88,67	59,00	232,79	648,00	188,68	8,88

ООО КП "Вкус и Качество"
 Меню на 03.10.2023 года

Директор школы

"Согласовано"



Обеспечение питанием обучающихся ОВЗ 1см(7-11)

№ 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
ЗАВТРАК 1 (День 2,)														
267 СВ 2021	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ.	50	6,35	5,75	0,35	78,55	0,04	0,22			42,22	99,00	6,88	1,37
212 СВ 2021	КАША ИЗ КРУПЫ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	8,34	8,83	37,20	262,30	0,24	0,20	1,27	39,60	143,14	235,56	71,06	1,73
459 СВ 2021	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
555 СВ 2013	ПЛЮШКА С САХАРОМ.(ПОКРОВСКИЙ)	100	0,08	0,49	6,09	32,09								
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подмену:			16,41	15,28	63,42	461,50	0,30	0,43	4,25	164,60	202,34	357,39	86,00	4,21

ОБЕД 1 (День 2,)														
17 СВ 2021	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ.	60	0,63	3,71	2,17	44,57	0,03	0,02	14,25		8,64	15,03	11,44	0,52
95 СВ 2021	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/10	12,53	11,78	12,76	199,93	0,09	0,14	24,51	10,00	61,24	156,34	38,70	2,63
471 СВ 2022	ФИШБОЛЫ.	90	14,02	2,91	11,48	128,24	0,09	0,11	0,81	22,95	34,65	187,74	41,05	0,78
643 СВ 2022	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СБ 2022),	200	4,32	4,33	29,37	174,36	0,22	0,17	34,60	22,00	61,43	128,92	43,99	1,64
819 СВ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУХИХ (КУРАГА)	200	0,84	0,05	28,15	117,25	0,02	0,03	1,04		26,60	23,58	16,92	0,58
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ..	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
24 СВ 2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подмену:			38,66	23,50	121,41	850,19	0,54	0,50	75,21	54,95	209,16	571,81	165,50	7,43

Директор Яксун В.В.

Зав. производ. Шарафиева //

Калькулятор Шарафиева

ООО КП "Вкус и Качество"
 Меню на 03.10.2023 года

"Согласовано"
 Директор школы _____ //



Обеспечение питанием обучающихся ОВЗ 2см(7-11)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
ОБЕД 1 (День 2,)														
17 СВ 2021	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ.	60	0,63	3,71	2,17	44,57	0,03	0,02	14,25		8,64	15,03	11,44	0,52
95 СВ 2021	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/10	12,53	11,78	12,76	199,93	0,09	0,14	24,51	10,00	61,24	156,34	38,70	2,63
471 СВ 2022	ФИШБОЛЫ.	90	14,02	2,91	11,48	128,24	0,09	0,11	0,81	22,95	34,65	187,74	41,05	0,78
643 СВ 2022	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СБ 2022),	200	4,32	4,33	29,37	174,36	0,22	0,17	34,60	22,00	61,43	128,92	43,99	1,64
819 СВ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУХИХ (КУРАГА)	200	0,84	0,05	28,15	117,25	0,02	0,03	1,04		26,60	23,58	16,92	0,58
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ..	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
24 СВ 2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

Итого по подмену:

38,66 23,50 121,41 850,19 0,54 0,50 75,21 54,95 209,16 571,81 165,50 7,43

ПОЛДНИК (День 2,)

	БУЛОЧКА К ЧАЮ (ПОКРОВСКИЙ)	70	5,04	2,52	31,36	168,28								
470 СВ 2021	КЕФИР..	230	6,67	5,75	9,20	115,23	0,09	0,39	1,61	46,00	276,00	207,00	32,20	0,23

Итого по подмену: 131,47

11,71 8,27 40,56 283,51 0,09 0,39 1,61 46,00 276,00 207,00 32,20 0,23

Директор Якусун В.В.

Зав. производ. Шарафиева //

Калькулятор Шарафиева //

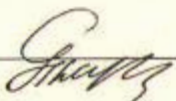
ООО КП "Вкус и Качество"
 Меню на 03.10.2023 года


"Согласовано"
 Директор школы _____ //

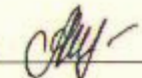
Обеспечение питанием обучающихся ОВЗ 1см(12-18)

№ 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
ЗАВТРАК 1 (День 2,)														
267 СВ 2021	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ.	50	6,35	5,75	0,35	78,55	0,04	0,22		125,00	42,22	99,00	6,88	1,37
212 СВ 2021	КАША ИЗ КРУПЫ "ГЕРКУЛЕС"ВЯЗКАЯ.	250	10,43	11,07	46,25	327,20	0,30	0,25	1,59	49,70	179,76	294,63	88,88	2,17
459 СВ 2021	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36				2,98		12,98	9,83	5,26
555 СВ 2013	ПЛЮШКА С САХАРОМ.(ПОКРОВСКИЙ)	100	0,08	0,49	6,09	32,09								
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ	20	1,58	0,20	9,52	47,20	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подменю:			18,50	17,52	72,47	526,40	0,36	0,48	4,57	174,70	238,96	416,46	103,82	4,65

ОБЕД 1 (День 2,)														
17 СВ 2021	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,05	6,18	3,61	74,29	0,06	0,04	23,75		14,40	25,05	19,07	0,86
95 СВ 2021	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	300/10	14,46	13,62	14,74	231,03	0,10	0,17	28,38	11,50	70,66	180,45	44,69	3,04
471 СВ 2022	ФИШБОЛЫ	100	15,59	3,23	12,76	142,49	0,10	0,12	0,90	25,50	38,50	208,60	45,61	0,86
643 СВ 2022	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СБ 2022),	200	4,32	4,33	29,37	174,36	0,22	0,17	34,60	22,00	61,43	128,92	43,99	1,64
819 СВ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУХИХ (КУРАГА)	200	0,84	0,05	28,15	117,25	0,02	0,03	1,04		26,60	23,58	16,92	0,58
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ..	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
24 СВ 2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,24	17,04	88,48	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
Итого по подменю: 157,78			44,15	28,25	135,03	969,49	0,61	0,56	88,67	59,00	232,79	648,00	188,68	8,88

Директор  /Яксун В.В./

Зав. производ.  //

Калькулятор  / Шарафиева

ООО КП "Вкус и Качество"
 Меню на 03.10.2023 года

"Согласовано"

Директор школы _____



Обеспечение питанием обучающихся ОВЗ 2см(12-18)

№ 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
ОБЕД 1 (День 2,)														
17 СВ 2021	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,05	6,18	3,61	74,28	0,06	0,04	23,75		19,40	25,05	19,07	0,86
95 СВ 2021	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ.	300/10	14,46	13,62	14,74	231,03	0,10	0,17	28,39	11,50	70,66	180,45	44,69	3,04
471 СВ 2022	ФИШБОЛЫ	100	15,58	3,23	12,76	142,49	0,10	0,12	0,90	25,50	38,50	208,60	45,61	0,86
643 СВ 2022	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СБ 2022),	200	4,32	4,33	29,37	174,36	0,22	0,17	34,60	22,00	61,43	128,92	43,99	1,64
819 СВ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУХИХ (КУРАГА)	200	0,84	0,05	28,15	117,25	0,02	0,03	1,04		26,60	23,58	16,92	0,58
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ..	60	4,74	0,60	28,56	141,60	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
24 СВ 2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,24	17,84	88,48	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24

Итого по подменю:

44,15 28,25 135,03 969,49 0,61 0,56 88,67 59,00 232,79 648,00 188,68 8,88

ПОЛДНИК (День 2,)

	БУЛОЧКА К ЧАЮ (ПОКРОВСКИЙ)	70	5,04	2,52	31,36	168,28								
470 СВ 2021	КЕФИР..	230	6,67	5,75	9,20	115,23	0,09	0,39	1,61	46,00	276,00	207,00	32,20	0,23
82 СВ 2021	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я (100)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

Итого по подменю: 157,78

12,11 8,67 50,36 327,91 0,12 0,41 11,61 46,00 292,00 218,00 41,20 2,43

Директор Якусун В.В.

Зав. производ. ///

Калькулятор Шарафиева