

ООО КП "Вкус и Качество"
 Меню на 14.12.2023 года

"Согласовано"
 Директор школы _____ //

ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ (12-18 ЛЕТ)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		B1	B2	C	A, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК 1 (День 4,)														
66 СВ 2021	БУТЕРБРОДЫ С СЫРНОЙ ПАСТОЙ(1-Й ВАРИАНТ)Н/Б	40	5,63	7,66	10,33	132,75	0,03	0,07	0,11	52,80	19,16	108,60	10,60	0,39
213 СВ 2021	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(МОЛОЧНАЯ)200	200	9,12	7,68	38,21	259,09	0,25	0,25	4,85	39,20	128,39	237,28	113,55	3,49
464 СВ 2021	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 1 ВАРИАНТ	200	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,00	60,30	45,00	7,00	0,08
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ,,	30	2,37	0,30	14,28	70,80	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
581 СВ 2021	ПРЯНИКИ (1ШТ)	30	1,50	1,35	21,30	103,35	0,02	0,01		1,80	2,40	12,60	1,80	0,18
Итого по подменю:		90,00	20,07	18,25	96,50	633,06	0,35	0,42	5,61	103,80	216,25	422,98	137,15	4,47

ЗАВТРАК 2 (День 4,)

68 СВ 2022	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО-КОРЕЙСКИ	100	1,25	7,10	7,67	100,69	0,05	0,06	5,50		28,03	51,39	32,29	0,67
610 СВ 2022	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С ПАНИРОВОЧНЫМИ СУХАРЯМ	100	17,39	23,74	12,47	333,33	0,08	0,15	1,58	84,10	17,31	139,29	15,68	1,18
202 СВ 2021	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(СБ 2021).	180	10,86	8,05	49,03	311,98	0,37	0,18	6,17	28,80	20,71	257,92	171,51	5,77
464 СВ 2021	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 1 ВАРИАНТ	200	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,00	60,30	45,00	7,00	0,08
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:		120,00	32,53	40,35	91,07	860,27	0,54	0,48	13,90	122,90	130,35	506,60	229,28	7,92

ЗАВТРАК 3/ОВД (День 4,)

157 СВ 2021	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ	100	2,89	5,05	21,44	142,77	0,36	0,14		20,00	33,50	287,45	98,80	3,53
610 СВ 2022	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С ПАНИРОВОЧНЫМИ СУХАРЯМ	100	17,39	23,74	12,47	333,33	0,08	0,15	1,58	84,10	17,31	139,29	15,68	1,18
202 СВ 2021	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(СБ 2021).	180	10,86	8,05	49,03	311,98	0,37	0,18	6,17	28,80	20,71	257,92	171,51	5,77
464 СВ 2021	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК/ОВД	200	1,45	1,26	2,40	27,17	0,02	0,08	0,65	10,00	60,00	45,00	7,00	0,05

№ 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
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

35,75 38,34 103,18 903,73 0,87 0,56 8,40 142,90 140,72 772,06 302,99 11,77

ОБЕД 1 (День 4,)

148 СВ 2021	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ/ПОМИДОРЫ).	100	0,90	0,15	2,85	16,35	0,05	0,03	16,00		16,24	28,15	17,04	0,71
128 СВ 2021	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ..	300	18,27	12,56	16,84	253,78	0,10	0,17	6,89	38,88	42,61	190,88	30,56	2,79
348 СВ 2021	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	100	15,28	12,27	7,17	200,63	0,07	0,12	1,20		15,34	158,18	20,29	2,30
328 СВ 2022	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (СБ 2022),	200	4,28	8,24	13,85	147,09	0,09	0,10	94,40		109,03	85,54	43,95	1,58
817 СВ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СВЕЖИХ(ЯБЛОКИ)	200	0,09	0,09	10,15	41,72	0,01		2,28		3,84	2,46	2,00	0,51
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,,	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

48,30 34,27 106,18 933,89 0,46 0,46 120,77 38,88 212,86 567,81 137,24 10,41

ОБЕД 2/ОВД (День 4,)

148 СВ 2021	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ/ПОМИДОРЫ).	100	0,90	0,15	2,85	16,35	0,05	0,03	16,00		16,24	28,15	17,04	0,71
118 СВ 2021	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ/СМЕТАНОЙ	250/10	13,78	12,20	14,31	214,87	0,12	0,14	21,35	10,00	50,94	174,17	36,12	2,61
348 СВ 2021	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	100	15,28	12,27	7,17	200,63	0,07	0,12	1,20		15,34	158,18	20,29	2,30
328 СВ 2022	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (СБ 2022),	200	4,28	8,24	13,85	147,09	0,09	0,10	94,40		109,03	85,54	43,95	1,58
817 СВ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СВЕЖИХ(ЯБЛОКИ)ОВД	200	0,09	0,09	2,16	9,80	0,01		2,28		3,60	2,46	2,00	0,49
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

39,07 33,31 67,10 721,46 0,41 0,41 135,23 10,00 208,95 512,10 134,40 9,55

ПОЛДНИК (День 4,)

	БУЛОЧКА"УЛИТКА С ИЗЮМОМ"(ПОКРОВСКИЙ)	70	4,69	6,58	43,40	251,58								
501 СВ 2021	СОК ФРУКТОВЫЙ/ВИНОГРАДНЫЙ	230			26,45	105,80	0,02	0,05	4,60		16,10	16,10	9,20	3,22

№ 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 М 100	100	0,80	0,20	7,50	38,00	0,11	0,11	0,50	10,00	40,00	240,00	55,00	0,80

Итого по подменю: 72,00

5,49 6,78 77,35 395,38 0,13 0,16 5,10 10,00 56,10 256,10 64,20 4,02

Директор Яксун В.В. /Яксун В.В./

Зав. производ. _____ / /

Калькулятор Шарафиева / Шарафиева

ООО КП "Вкус и Качество"
 Меню на 14.12.2023 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	Ca	P	Mg	Fe
Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 4,)														
68 СВ 2022	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО-КОРЕЙСКИ.	60	0,75	4,26	4,60	60,42	0,03	0,04	3,30		16,89	30,85	19,38	0,40
610 СВ 2022	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С ПАНИРОВОЧНЫМИ СУХАРЯ.	90	15,65	21,37	11,22	300,00	0,07	0,14	1,42	75,69	15,69	125,38	14,12	1,06
202 СВ 2021	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(СБ 2021)	150	9,04	6,71	40,85	259,93	0,31	0,15	5,14	24,00	17,19	214,87	142,89	4,81
464 СВ 2021	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 1 ВАРИАНТ	200	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,00	60,30	45,00	7,00	0,08
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: 91,76 28,47 33,80 78,57 734,62 0,45 0,42 10,51 109,69 114,07 429,10 186,19 6,57

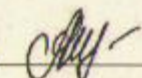
Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 4,)

68 СВ 2022	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПО-КОРЕЙСКИ	100	1,25	7,10	7,67	100,69	0,05	0,06	5,50		28,03	51,39	32,29	0,67
610 СВ 2022	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С ПАНИРОВОЧНЫМИ СУХАРЯМ	100	17,39	23,74	12,47	333,33	0,08	0,15	1,58	84,10	17,31	139,29	15,68	1,18
202 СВ 2021	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ(СБ 2021).	180	10,86	8,05	49,03	311,98	0,37	0,18	6,17	28,80	26,71	257,92	171,51	5,77
464 СВ 2021	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 1 ВАРИАНТ	200	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,00	60,30	45,00	7,00	0,08
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: 102,89 32,53 40,35 91,07 860,27 0,54 0,48 13,90 122,90 130,35 506,60 229,28 7,92

Директор  /Якун В.В./

Зав. производ. _____ //

Калькулятор  /Шарафиева

ООО КП "Вкус и Качество"
 Меню на 14.12.2023 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 4,)														
148 СВ 2021	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ/ПОМИДОРЫ)	60	0,54	0,09	1,71	9,81	0,03	0,02	9,60		9,67	16,89	10,22	-0,42
128 СВ 2021	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	250	15,23	10,47	14,04	211,53	0,09	0,14	5,87	32,40	35,72	159,15	25,54	2,33
348 СВ 2021	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ).	90	13,73	11,03	6,41	180,26	0,06	0,11	1,08		13,64	142,21	18,23	2,07
328 СВ 2022	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (СБ 2022)	150	3,21	6,18	10,34	110,12	0,07	0,08	70,80		81,86	64,17	32,97	1,18
817 СВ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СВЕЖИХ(ЯБЛОКИ)	200	0,09	0,09	10,15	41,72	0,01		2,28		3,84	2,46	2,00	0,51
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
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:		91,76	37,54	28,38	70,61	692,08	0,32	0,37	89,63	32,40	157,33	432,07	99,56	7,57

Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 4,)

148 СВ 2021	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ/ПОМИДОРЫ).	100	0,90	0,15	2,85	16,35	0,05	0,03	16,00		16,24	28,15	17,04	0,71
128 СВ 2021	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ..	300	18,27	12,56	16,84	253,78	0,10	0,17	6,89	38,88	42,61	190,88	30,56	2,79
348 СВ 2021	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	100	15,28	12,27	7,17	200,63	0,07	0,12	1,20		15,34	158,18	20,29	2,30
328 СВ 2022	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (СБ 2022),	200	4,28	8,24	13,85	147,09	0,09	0,10	94,40		109,03	85,54	43,95	1,58
817 СВ 2022	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СВЕЖИХ(ЯБЛОКИ)	200	0,09	0,09	10,15	41,72	0,01		2,28		3,84	2,46	2,00	0,51
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,,	60	4,74	0,36	26,76	132,72	0,07	0,02			13,80	63,60	15,00	1,86
Итого по подмену:		102,89	48,30	34,27	106,18	933,89	0,46	0,46	120,77	38,88	212,86	567,81	137,24	10,41

Директор Яксун В.В. /Яксун В.В./

Зав. производ. _____ / /

Калькулятор Шарафиева /Шарафиева