

ООО КП "Вкус и Качество"
 Меню на 20.03.2024 года

"Согласовано"
 Директор школы *Мед* //

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 3,)														
73 СВ 2021	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(2-Й ВАРИАНТ),	20/15/10	1,64	7,83	20,16	157,68	0,03	0,02	0,08	40,00	8,30	17,35	3,65	0,46
261 СВ 2013	КАША "БОЯРСКАЯ" (ПШЕННАЯ С ИЗЮМОМ).	250	11,83	31,30	51,64	536,63	0,28	0,35	1,98	196,75	213,80	286,40	63,69	1,95
461 СВ 2021	ЧАЙ КАРКАДЕ С САХАРОМ	200			15,04	60,12					0,45			0,05
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ.**	50	3,95	0,50	23,80	118,00	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
82 СВ 2021	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я (120)	120	0,48	0,48	11,76	53,28	0,04	0,02	12,00		19,20	13,20	10,80	2,64
Итого по подменю:		95,00	17,90	40,11	122,40	925,71	0,41	0,41	14,06	236,75	251,75	349,45	85,14	5,65
ЗАВТРАК 2 (День 3,)														
47 СВ 2021	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,39	6,19	8,68	96,56	0,06	0,04	10,66		24,13	45,54	20,25	1,60
535 СВ 2022	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	100	11,42	14,55	11,52	223,56	0,11	0,11	2,40	12,50	22,17	128,95	40,48	1,82
385 СВ 2021	РИС ОТВАРНОЙ.	180	4,87	7,58	40,03	248,10	0,22	0,06	0,51	32,64	17,77	215,33	75,13	1,47
459 СВ 2021	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0,06	0,01	10,26	42,62			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ.**	50	3,95	0,50	23,80	118,00	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
24 СВ 2022	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ..	50	3,95	0,30	22,30	110,60	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
Итого по подменю:		128,00	25,64	29,13	116,59	839,44	0,51	0,25	16,55	45,14	98,55	485,15	160,62	7,88
ЗАВТРАК 3/ОВД (День 3,)														
82 СВ 2021	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я (120)	120	0,48	0,48	11,76	53,28	0,04	0,02	12,00		19,20	13,20	10,80	2,64
286 СВ 2021	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ,,	200	43,51	15,42	49,24	509,77	0,14	0,53	0,93	82,60	327,44	460,59	50,66	1,53
406 СВ 2021	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ (СБ2021),	50	1,32	2,42	8,23	60,08	0,02	0,06	0,49	15,50	45,99	36,07	5,57	0,08

№ 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		
461 СВ 2021	ЧАЙ КАРКАДЕ /ОВД	200			0,07	0,27										
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	1,2	
Итого по подмену:		128,00	48,47	18,56	87,14	711,88	0,24	0,62	13,42	98,10	401,83	552,26	77,03	5,41		

ОБЕД 1 (День 3,)

74 СВ 2022	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	100	1,22	7,09	6,49	95,84	0,06	0,07	4,70			25,38	51,84	35,72	6,51	
100 СВ 2021	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10	12,34	11,68	17,49	224,97	0,14	0,15	17,16	10,00		34,69	171,32	37,82	2,95	
328 СВ 2021	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(С).	280	23,02	48,24	49,06	723,01	0,96	0,38	62,55			50,83	374,32	359,71	4,95	
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..	50	3,95	0,30	22,30	110,60	0,06	0,02				11,50	53,00	12,50	1,55	
Итого по подмену:		139,00	45,36	68,00	134,05	1337,74	1,30	0,64	86,69	10,00	138,24	691,94	456,15	17,24		

ОБЕД 2/ОВД (День 3,)

74 СВ 2022	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	100	1,22	7,09	6,49	95,84	0,06	0,07	4,70			25,38	51,84	35,72	6,51	
101 СВ 2017	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ /ОВД	200	9,56	6,19	13,64	148,77	0,12	0,11	13,62			16,77	131,90	31,61	2,35	
328 СВ 2021	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(С).	280	23,02	48,24	49,06	723,01	0,96	0,38	62,55			50,83	374,32	359,71	4,95	
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..	50	3,95	0,30	22,30	110,60	0,06	0,02				11,50	53,00	12,50	1,55	
Итого по подмену:		139,00	37,84	61,91	93,65	1088,02	1,21	0,58	83,15			108,08	613,52	441,54	15,92	

ПОЛДНИК (День 3,)

	СЛОЙКА С КУРАГОЙ(ПОКРОВСКИЙ)	90	6,66	8,91	48,42	300,51										
469 СВ 2021	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,80	5,00	9,60	108,00	0,08	0,30	2,60	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20		
82 СВ 2021	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Г(140)	140	0,56	0,42	14,42	65,80	0,03	0,04	7,00			26,60	22,40	16,80	3,22	

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
Итого по подменю:		99,00	13,02	14,33	72,44	474,31	0,11	0,34	9,60	40,00	266,60	202,40	44,80	3,42

Директор Яксун В.В. /Яксун В.В./

Зав. производ. Волкова / /

Калькулятор Шарафиева / Шарафиева

ООО КП "Вкус и Качество"
 Меню на 20.03.2024 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 3,)														
73 СВ 2021	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(2-Й ВАРИАНТ),	20/15/10	1,64	7,83	20,16	157,68	0,03	0,02	0,08	40,00	8,30	17,35	3,65	0,46
261 СВ 2013	КАША "БОЯРСКАЯ" (ПШЕННАЯ С ИЗЮМОМ).	250	11,83	31,30	51,64	536,63	0,28	0,35	1,98	196,75	213,80	286,40	63,69	1,95
461 СВ 2021	ЧАЙ КАРКАДЕ С САХАРОМ	200			15,04	60,12					0,45			0,05
23 СВ 2022	ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ.**	50	3,95	0,50	23,80	118,00	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
82 СВ 2021	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я (120)	120	0,48	0,48	11,76	53,28	0,04	0,02	12,00		19,20	13,20	10,80	2,64

Итого по подменю:

17,90 40,11 122,40 925,71 0,41 0,41 14,06 236,75 251,75 349,45 85,14 5,65

ОБЕД 1 (День 3,)

74 СВ 2022	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	100	1,22	7,09	6,49	95,84	0,06	0,07	4,70		25,38	51,84	35,72	6,58
100 СВ 2021	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250/10	12,34	11,68	17,49	224,97	0,14	0,15	17,16	10,00	34,69	171,32	37,82	2,99
328 СВ 2021	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(С).	280	23,02	48,24	49,06	723,01	0,96	0,38	62,55		50,83	374,32	359,71	4,95
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..	50	3,95	0,30	22,30	110,60	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55

Итого по подменю: 165,51

45,36 68,00 134,05 1337,74 1,30 0,64 86,69 10,00 138,24 691,94 456,15 17,24

Директор Яксун В.В. / Яксун В.В. /

Зав. производ. _____ / /

Калькулятор Шарафиева / Шарафиева