



МЕНЮ

14 ноября 2023 г

Возрастная категория 7-11лет

№ реце.	№ тех. кар.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы(мг)					Витамины			Стоимост руб	
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мг	E, мкг	B1, мг	C, мг		
		Обед 1-4классы							*33%										
30	30	салат из свежей капусты	60,00	1,08	0,00	3,84	3,84	10,86	83%	29,25	22,5	27,8	0,68	0	1,95	0,01	6,9	4,65	
150	56	суп картофельный с рыбой	200	7,88	5,76	3,84	0,37	12,12	115,00	34,0	46,0	148,0	1,3	0,03	0,28	0,14	9,7	22,67	
369	79	жаркое по домашнему	200	23,63	21,36	21,09	0,45	15,09	344,00	32,0	51,0	242,0	3,1	0,04	0,7	0,14	6,9	31,89	
507	106	компот из свежих яблок	200,00	0,50	0,00	0,20	0,20	23,10	96,00	22,0	14,0	16,0	1,1	0,0	0,2	0,02	4,3	3,12	
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,90	0,00	0,58	0,58	12,3	58,75	5	3,5	16,3	0,28	0,0	0,28	0,03	0,0	2,00	
109	123	Хлеб ржаной	30,00	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	52,50	10,5	14,1	47,4	1,17	0,0	0,42	0,05	0,0	2,67	
		Итого за прием		35,89	27,12	26,07	1,96	72,63	666,25	151,00	106,5	379,5	6,4	1,09	1,21	0,49	36,2	67,00	
		Обед(многодетные,родительская плата,малообеспеченные)возрастная категория 12-							33%										
30	30	салат из свежей капусты	100,00	1,80	0,00	6,40	6,40	18,10	137%	49	37	46	1,1	0	3,2	0,03	11,5	4,65	
150	56	суп картофельный с рыбой	250	9,85	7,20	4,80	0,47	15,15	144,00	43,0	57,0	185,0	1,6	0,0	0,35	0,18	12,1	22,67	
369	79	жаркое по-домашнему	220	26	23,50	23,20	0,50	16,60	379,00	35,00	56,0	266,0	3,4	0,04	0,8	0,16	7,6	31,89	
507	106	компот из свежих яблок	200,00	0,50	0,00	0,20	0,20	23,10	96,00	22,0	14,0	16,0	1,1	0,0	0,2	0,02	4,3	3,12	
108	122	Хлеб пшеничный	30,00	2,28	0,00	0,70	0,70	14,76	70,50	6	4,2	19,6	0,34	0,0	0,3	0,04	0,0	2,00	
109	123	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70,00	14,0	18,8	63,2	1,56	0,0	0,56	0,07	0,0	2,67	
		Итого за прием		41,27	30,70	29,38	2,35	82,97	759,50	169,00	122,9	449,1	7,64	1,1	1,61	0,57	36,9	67,00	
		Итого за день:		42,19	14,40	53,32	3,84	172,12	1332,00	314,10	246,4	839,9	11,87	1,17	1,66	0,8	38,3	67,00	