

МЕНЮ

15 марта 2023 г



№ рец.	№ тех.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы				Витамины			Стоимо- сть	
				всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	E, мкг	B1, мг		C, мг
<b>Завтрак ( 1-4классы,родительская плата)</b>									<b>22%</b>									
108	16	Каша манная	150,00	11,7	10,05	11,55	0,15	31,65	181,00	74,00	20,6	145	0,1	0,06	0,5	0,09	0,26	6,08
105	120	Масло сливочное	8,00	0,04	0,04	6,60	0,00	0,07	60,00	0,96	0	1,52	0,01	47,2	0	0	0	5,33
493	102	чай с сахаром	200	0,1	0,00	0,00	0,00	15,00	60,00	11,00	1	3	0,3	0	0	0	0	1,39
108	122	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,00	0,32	0,32	19,68	94	8,10	11,5	30,3	0,69	0	0	0,04	0	3,12
<b>Итого за прием</b>				<b>19,58</b>	<b>10,09</b>	<b>20,57</b>	<b>1,07</b>	<b>87,00</b>	<b>523,00</b>	<b>242,00</b>	<b>61,6</b>	<b>291</b>	<b>4,5</b>	<b>47,26</b>	<b>0,8</b>	<b>0,18</b>	<b>15,9</b>	<b>15,92</b>
<b>Обед(многодетные и родительская плата,1-4 классы,малообеспеченные)</b>									<b>34%</b>									
134	42	Рассольник ленинградский	200	1,64	0,00	4,20	4,20	12,96	97,00	12,40	0,7	50,4	0,74	47,26	1,8	0,07	6,14	21,00
343	96	Гуляш из говядины	100	9,5	8,70	0,20	4,78	4,50	102,00	25,00	28	145	0,6	0	3	0,06	3,4	20,00
414	69	Каша рисовая	150	3,69	0,03	6,07	0,5	33,83	205,00	0,87	22	70	0,5	0,03	0,3	0,02	0	17,79
507	106	компот из свежих плодов(яб)	200,00	0,5	0,00	0,20	0,20	23,10	96,00	22,00	14	16	1,1	0	0,2	0,02	4,3	3,14
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,9	0,00	0,58	0,58	12,30	58,75	5,00	3,5	16,3	0,28	0	0,28	0,03	0	1,95
109	123	Хлеб ржаной	40,00	1,65	0,00	0,30	0,30	8,35	43,75	8,75	11,8	39,5	0,98	0	0,35	0,05	0	3,12
<b>Итого за прием</b>				<b>26,76</b>	<b>13,03</b>	<b>16,68</b>	<b>9,81</b>	<b>134,95</b>	<b>795,75</b>	<b>126,00</b>	<b>155</b>	<b>404</b>	<b>6</b>	<b>47,31</b>	<b>6,1</b>	<b>0,36</b>	<b>34,3</b>	<b>67,00</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>0,00</b>	<b>46,34</b>	<b>23,12</b>	<b>37,25</b>	<b>10,88</b>	<b>221,95</b>	<b>1318,75</b>	<b>368,00</b>	<b>217</b>	<b>695</b>	<b>10,5</b>	<b>94,57</b>	<b>6,9</b>	<b>0,54</b>	<b>50,2</b>	<b>82,92</b>
<b>Обед( многодетные,родительская плата,1-4 классы,малообеспеченные)возрастная</b>									<b>32%</b>									
134	42	Рассольник ленинградский	250	2,05	0,00	5,25	5,25	5,25	121,00	15,50	0,9	63	0,92	93,5	2,3	0,09	7,67	21,00
343	96	Гуляш из говядины	100	9,5	8,70	0,20	4,78	4,50	102,00	25,00	28	145	0,6	0	3	0,06	3,4	20,00
414	69	Каша рисовая	200	4,9	0,04	8,10	0,7	45,1	273,00	6,8	30	94	0,7	0,05	0,4	0,03	0	17,79
507	106	компот из свежих плодов(яб)	200,00	0,5	0,00	0,00	0,00	23,10	96,00	22,00	14	0,02	1,1	0	0,2	0,02	4,3	3,14
108	122	Хлеб пшеничный	40,00	3,04	0,00	0,32	0,32	19,68	94	8,10	11,5	30,3	0,69	0	0	0,04	0	1,95
109	123	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70,00	14,00	18,8	63,2	1,56	0	0,56	0,07	0	3,12
<b>Итого за прием</b>				<b>27,99</b>	<b>13,04</b>	<b>21,51</b>	<b>12,81</b>	<b>140,56</b>	<b>865,75</b>	<b>137,00</b>	<b>149</b>	<b>480</b>	<b>6,36</b>	<b>193,6</b>	<b>7,54</b>	<b>0,38</b>	<b>36,5</b>	<b>67,00</b>
<b>Итого за день:</b>				<b>51,48</b>	<b>26,49</b>	<b>47,58</b>	<b>22,18</b>	<b>238,12</b>	<b>1463,75</b>	<b>454,00</b>	<b>231</b>	<b>916</b>	<b>12,8</b>	<b>193,7</b>	<b>8,64</b>	<b>0,65</b>	<b>52,6</b>	<b>82,92</b>