

МЕНЮ

19 января 2023 г

Возрастная категория 7-11лет



№ рец.	№ тех. кар.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы(мг)				Витамины			Стоимос руб		
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	E, мкг	B1, мг		C, мг	
<b>Завтрак( 1-4 классы,родительская плата)</b>																			
165	51	суп молочный с макаронными из	200	5,7	3,98	5,26	0,2	19	22%										
503	105	кисель из концентрата плодового	200	1,4	0,00	0,00	0	29	146,00	164,0	21,0	137,0	0,36	0,04	0,26	0,08	0,92	10,82	
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,9	0,00	0,58	0,58	12,30	122,00	1,0	0,0	0,0	0,1	0	0	0	0	3,15	
<b>Итого за прием</b>				<b>9,00</b>	<b>3,98</b>	<b>5,84</b>	<b>0,78</b>	<b>60,30</b>	<b>58,8</b>	<b>5,00</b>	<b>3,5</b>	<b>16,3</b>	<b>0,28</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>0,03</b>	<b>0,0</b>	<b>1,95</b>	
<b>Обед 1-4классы (многодетные и родительская плата,малообеспеченные)</b>																			
150	56	суп картофельный с рыбой	200	7,88	5,76	3,84	0,37	12,12	33%										
369	79	каша пшеничная	200	23,63	21,36	21,09	0,45	15,09	115,00	34,0	46,0	148,0	1,3	0,0	0,28	0,14	9,7	17,56	
367	78	гуляш из говядины	100	17,16	16,30	18,33	0,08	3,50	344,00	32,0	51,0	242,0	3,1	0,0	0,7	0,14	6,9	13,89	
507	106	компот из свежих яблок	200,00	0,50	0,00	0,20	0,20	23,10	247,00	15,8	25,0	179,0	2,7	0,0	0,58	0,06	0,8	26,24	
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,90	0,00	0,58	0,58	12,3	96,00	22,0	14,0	16,0	1,1	0,0	0,2	0,02	4,3	4,24	
109	123	Хлеб ржаной	40,00	1,98	0,00	0,36	0,36	10,02	58,75	5	3,5	16,3	0,28	0,0	0,3	0,03	0,0	1,95	
<b>Итого за прием</b>				<b>53,05</b>	<b>43,42</b>	<b>44,40</b>	<b>2,04</b>	<b>76,13</b>	<b>913,25</b>	<b>151,00</b>	<b>106,5</b>	<b>379,5</b>	<b>6,4</b>	<b>1,09</b>	<b>1,21</b>	<b>0,49</b>	<b>36,22</b>	<b>67,00</b>	
<b>Итого за день:</b>				<b>62,05</b>	<b>47,40</b>	<b>50,24</b>	<b>2,82</b>	<b>136,43</b>	<b>1240,00</b>	<b>237,60</b>	<b>282,1</b>	<b>622,8</b>	<b>10,29</b>	<b>1,16</b>	<b>1,66</b>	<b>0,7</b>	<b>37,57</b>	<b>82,92</b>	
<b>Обед(многодетные,родительская плата,малообеспеченные)возрастная категория 12-1</b>																			
150	56	суп картофельный с рыбой	250	9,85	7,20	4,80	0,47	15,15	33%										
369	79	каша пшеничная	220	26	23,50	23,20	0,50	16,60	144,00	43,0	57,0	185,0	1,6	0,0	0,35	0,18	12,1	17,56	
367	78	гуляш из говядины	100	17,16	16,30	18,33	0,08	3,50	379,00	35,00	56,0	266,0	3,4	0,04	0,8	0,16	7,6	13,89	
507	106	компот из свежих яблок	200,00	0,50	0,00	0,20	0,20	23,10	247,00	15,80	25,0	179,0	2,7	0,03	0,58	0,06	0,8	26,24	
108	122	Хлеб пшеничный	25,00	1,90	0,00	0,58	0,58	12,3	96,00	22,0	14,0	16,0	1,1	0,0	0,2	0,02	4,3	4,24	
109	123	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	58,75	5	3,5	16,3	0,28	0,0	0,3	0,03	0,0	1,95	
<b>Итого за прием</b>				<b>58,05</b>	<b>47,00</b>	<b>47,59</b>	<b>2,31</b>	<b>84,01</b>	<b>994,75</b>	<b>169,00</b>	<b>122,9</b>	<b>449,1</b>	<b>7,64</b>	<b>1,1</b>	<b>1,61</b>	<b>0,57</b>	<b>36,9</b>	<b>67,00</b>	
<b>Итого за день:</b>				<b>42,19</b>	<b>14,40</b>	<b>53,32</b>	<b>3,84</b>	<b>172,12</b>	<b>1332,00</b>	<b>314,10</b>	<b>246,4</b>	<b>839,9</b>	<b>11,87</b>	<b>1,17</b>	<b>1,66</b>	<b>0,8</b>	<b>38,26</b>	<b>82,92</b>	