

МЕНЮ

20 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				Стоимост руб			
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A, мг	E, мкг	B1,мг	C, мг				
<b>Завтрак( 1-4 классы,родительская плата)</b>									<b>24%</b>												
260	70	каша Дружба	150,00	3,90	2,23	8,74	0,39	18,79	170,0	94,9	23	105,0	0,42	0,06	0,15	0,06	0,99	9,58			
496	103	какао с молоком	200,00	3,6	2,90	3,30	0,40	25,00	144,0	124,00	27,0	110,0	0,8	0,0	0,0	0,0	1,3	4,39			
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	0,3	0,03	0,0	2,0			
<b>Итого за прием</b>				<b>9,40</b>	<b>13,80</b>	<b>21,96</b>	<b>6,11</b>	<b>73,37</b>	<b>577,00</b>	<b>489</b>	<b>94,5</b>	<b>397</b>	<b>3,11</b>	<b>0,16</b>	<b>0,35</b>	<b>0,25</b>	<b>4,89</b>	<b>15,92</b>			
<b>Обед ( 1-4классы,многодетные и родительская плата,малообеспеченные)</b>									<b>33%</b>												
126	55	борщ из свежей капусты	200	1,32	0,00	3,88	3,88	5,60	62,00	34,0	19	36,0	0,9	0	1,9	0,02	10,9	20,87			
405	183	курица в соусе с томатом	100,00	11,30	10,75	11,25	0,17	3,42	160,00	28,3	13,3	75,0	0,83	0,0	0,4	0,02	1,92	22,71			
429	91	картофельное пюре	150	3,15	0,60	6,60	0,45	16,35	138,00	39,00	29,0	86,0	1,05	0,04	0,15	0,14	5,1	15,66			
508	108	чай с сахаром	200	0,5	0,00	0,00	0,00	27,00	110,00	28,00	7,0	19,0	1,5	0,0	0,0	0,0	0,5	2,64			
109	123	Хлеб ржаной	40,00	1,65	0,00	0,30	0,30	8,35	43,8	8,75	11,8	39,5	0,98	0,0	0,35	0,05	0,0	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	0,3	0,03	0,0	2,0			
<b>Итого за прием</b>				<b>25,14</b>	<b>12,85</b>	<b>28,68</b>	<b>10,15</b>	<b>109,29</b>	<b>796,25</b>	<b>289,00</b>	<b>184</b>	<b>398</b>	<b>6,6</b>	<b>0,08</b>	<b>5,86</b>	<b>0,39</b>	<b>41,1</b>	<b>67,00</b>			
<b>Итого:</b>				<b>34,54</b>	<b>26,65</b>	<b>50,64</b>	<b>16,26</b>	<b>182,66</b>	<b>1373,25</b>	<b>778,00</b>	<b>279</b>	<b>795</b>	<b>9,71</b>	<b>0,24</b>	<b>6,21</b>	<b>0,64</b>	<b>46,0</b>	<b>82,92</b>			
<b>Обед( 1-4 кл,многодетные,родительская плата,малообеспеченные)возрастная катего</b>									<b>33%</b>												
126	55	борщ из свежей капусты	250	1,80	0,00	5	5,00	10,60	95,00	34,0	26,2	53,0	1,2	0	2,4	0,05	10,3	20,87			
405	183	курица в соусе с томатом	120,00	13,60	12,90	13,50	0,20	4,10	192,00	34,0	16,0	90,0	1	0,0	0,5	0,02	2,3	22,71			
429	91	картофельное пюре	200	4,2	0,80	8,80	0,60	21,80	184,00	52,00	38,0	114,0	1,4	0,06	0,2	0,18	6,8	15,66			
508	108	чай с сахаром	200	0,5	0,00	0,00	0,00	27,00	110,00	28,00	7,0	19,0	1,5	0,0	0,0	0,0	0,5	2,64			
109	123	Хлеб ржаной	25,00	3,3	0,00	0,60	0,60	16,70	88,0	17,50	23,5	79	1,95	0,0	0,7	0,09	0,0	3,12			
108	122	Хлеб пшеничный	40,00	3,04	0,00	0,32	0,32	19,68	94,00	8,1	11,5	30,3	0,69	0,0	0,0	0,04	0,0	2,0			
<b>Итого за прием</b>				<b>29,69</b>	<b>15,20</b>	<b>36,81</b>	<b>14,01</b>	<b>127,66</b>	<b>961,75</b>	<b>327,00</b>	<b>218</b>	<b>476</b>	<b>7,84</b>	<b>0,1</b>	<b>7,74</b>	<b>0,48</b>	<b>47,2</b>	<b>67,00</b>			
<b>Итого:</b>				<b>64,23</b>	<b>41,85</b>	<b>87,45</b>	<b>30,27</b>	<b>310,32</b>	<b>2335,00</b>	<b>721,00</b>	<b>289</b>	<b>874</b>	<b>10,5</b>	<b>0,26</b>	<b>7,94</b>	<b>0,67</b>	<b>52,4</b>	<b>82,92</b>			