

25 сентября 2023 г

МЕНЮ

Возрастная категория 7-11 лет

№ реч.	№ тех. кар.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)			Витамины			Стоимо-сть		
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Мг	Р	Fe	А	В1		С	
<b>Обед (1-4 классы, многодетные и родительская плата, малообеспеченные)</b>																		
142	43	Щи из свежей капусты с карт	200	1,36	0,00	3,92	3,92	6,16	66,00	27,2	17,8	38	6,4	0,0	1,9	0,04	14,7	19,87
381	77	шницель	100	14,24	12,32	14,00	0,24	11,44	229,00	31,00	21,0	148	2,24	0,03	0,4	0,07	0,0	33,34
291	71	Макаронные изделия отварн	200	5,62	0,00	0,7	0,7	29,03	145	5,70	8,1	35,7	0,78	0,0	0,79	0,06	0,01	6,00
518	112	Компот из яблок	200,00	0,50	0,00	0,20	0,20	23,10	96,00	22,00	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	5,00	3,5	16,3	0,28	0,0	0,3	0,03	0,0	2,00
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	0,56	0,07	0,0	2,67
		<b>Итого за прием</b>		<b>28,62</b>	<b>12,32</b>	<b>26,72</b>	<b>12,30</b>	<b>78,37</b>	<b>752,75</b>	<b>108,00</b>	<b>80</b>	<b>341</b>	<b>8,20</b>	<b>0,03</b>	<b>6,41</b>	<b>0,34</b>	<b>24,83</b>	<b>67,00</b>
		<b>Итого за прием:</b>		<b>44,35</b>	<b>20,10</b>	<b>41,75</b>	<b>12,30</b>	<b>78,37</b>	<b>752,75</b>	<b>456,00</b>	<b>156</b>	<b>695</b>	<b>13,08</b>	<b>0,13</b>	<b>6,81</b>	<b>0,52</b>	<b>37,2</b>	<b>67,00</b>
<b>Обед (1-4кл, многодетные, родительская плата, малообеспеченные) возрастная категория 12-18</b>																		
142	43	Щи из свежей капусты с карт	250	1,7	0,00	4,90	4,90	7,70	83,00	34,0	22,2	47,5	8,0	0,0	2,4	0,05	18,4	19,87
381	77	шницель	100	17,80	15,40	17,50	0,30	14,30	286,00	39,00	26,0	185	2,8	0,04	0,5	0,09	0,0	33,34
291	71	Макаронные изделия отварн	200	7,50	0,00	0,9	0,9	38,70	193,0	7,60	10,8	47,6	1,04	0,0	1,06	0,08	0,02	6,00
507	106	Компот из яблок	200,00	0,50	0,00	0,20	0,20	23,10	96,00	22,00	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	5,00	3,5	16,3	0,28	0,0	0,3	0,03	0,0	2,00
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	0,56	0,07	0,0	2,67
		<b>Итого за прием</b>		<b>35,64</b>	<b>15,40</b>	<b>35,96</b>	<b>17,66</b>	<b>96,36</b>	<b>936,75</b>	<b>132,00</b>	<b>99,3</b>	<b>426</b>	<b>9,38</b>	<b>0,04</b>	<b>8,84</b>	<b>0,42</b>	<b>32,62</b>	<b>67,00</b>
		<b>Итого за прием:</b>		<b>56,10</b>	<b>26,52</b>	<b>56,60</b>	<b>19,10</b>	<b>174,73</b>	<b>1689,50</b>	<b>606,00</b>	<b>194</b>	<b>894</b>	<b>14,95</b>	<b>0,18</b>	<b>9,34</b>	<b>0,63</b>	<b>45,5</b>	<b>67,00</b>

Утверждаю:  
 Директор МБОУ "Кулошевская СОШ"  
 М.Л.Иванов