



**МЕНЮ**

30 января 2023 г

Возрастная категория **7-11лет**

№ тех. кар.	№ реце .	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углевод ы,г	ЭЦ,	Минеральные элементы(мг)				Витамины			Стоимо сть, руб.		
				всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Са	Mg	Р	Fe	А, мг	Е, мкг	В1, мг		С,мг	
<b>Завтрак( 1-4 классы,родительская плата)</b>									<b>24%</b>										
74	248	каша гречневая	150	6,87	2,29	9,70	1,23	24,45	137,00	102,00	84,0	178,0	2,6	0,06	0,37	0,14	1,13	10,08	
104	148	кофейный напиток	200	3,20	2,90	2,80	0,10	22,40	153,00	126,00	14,0	90,0	0,1	0,0	0,0	0,0	1,30	3,89	
122	108	Хлеб пшеничный	25,00	1,9	0,00	0,58	0,58	12,30	58,8	5,00	3,5	16,3	0,28	0,0	0,3	0,03	0,00	1,95	
<b>Итого за прием</b>				<b>11,97</b>	<b>5,23</b>	<b>22,82</b>	<b>2,25</b>	<b>81,30</b>	<b>515,00</b>	<b>261</b>	<b>123</b>	<b>316</b>	<b>6,68</b>	<b>47,3</b>	<b>0,67</b>	<b>0,27</b>	<b>17,43</b>	<b>15,92</b>	
<b>Обед (1-4классы ,многодетные и родительская плата,малообеспеченные)</b>									<b>35%</b>										
44	144	Суп картофельный с бобовыми	200,00	1,84	0,00	3,40	0,26	12,10	86,00	15,20	20,4	52,6	0,70	0,02	0,16	0,15	6,9	19,28	
96	343	рыба тушенная в ово	100	9,50	8,70	0,20	4,78	4,50	102,00	25,00	28,00	145	0,6	0	3	0,06	3,40	26,63	
91	429	каша пшеничная	150	3,15	0,60	6,6	0,45	16,35	138,0	39	29	86	1,05	0,04	0,15	0,14	5,1	11,78	
493	102	чай с сахаром	200	0,1	0,00	0,00	0,00	15,00	60,00	11,00	1,00	3,00	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	4,24	
122	108	Хлеб пшеничный	25,00	1,90	0,00	0,58	0,58	12,3	58,75	5,00	3,5	16,3	0,28	0,00	0,28	0,03	0,00	1,95	
123	109	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70,00	14,00	18,8	63,2	1,56	0,00	0,56	0,07	0,00	3,12	
<b>Итого за прием</b>				<b>24,03</b>	<b>9,90</b>	<b>21,30</b>	<b>13,29</b>	<b>93,13</b>	<b>767,75</b>	<b>134,00</b>	<b>114</b>	<b>415</b>	<b>8,16</b>	<b>0,09</b>	<b>7,79</b>	<b>0,53</b>	<b>24,16</b>	<b>67,00</b>	
<b>Обед(многодетные,родительская плата,малообеспеченные) возрастная категория 12-18 лет</b>									<b>35%</b>										
44	144	Суп картофельный с бобовыми	250,00	2,03	0,00	4,25	0,32	15,12	108,00	19,00	25,5	65,7	0,90	0,03	0,20	0,19	8,6	19,28	
96	343	рыба тушенная в ово	140	13,30	12,20	5,14	6,70	6,30	143,00	35,00	39,00	203	0,8	0,01	4,2	0,09	4,70	26,63	
91	429	каша пшеничная	200	4,20	0,80	8,8	0,6	21,80	184,0	52	38	114	1,40	0,06	0,20	0,18	6,8	11,78	
493	102	чай с сахаром	200,00	0,1	0,00	0,00	0,00	15,00	60,00	11,00	1,00	3,00	0,3	0,00	0,00	0,00	0,00	4,24	
122	108	Хлеб пшеничный	25,00	1,9	0,00	0,58	0,58	12,30	58,75	5,00	3,50	16,30	0,28	0,00	0,28	0,03	0,00	1,95	
123	109	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,00	0,48	0,48	13,36	70,00	14,00	18,8	63,2	1,56	0,00	0,56	0,07	0,00	3,12	
<b>Итого за прием</b>				<b>29,62</b>	<b>13,60</b>	<b>33,33</b>	<b>19,46</b>	<b>99,10</b>	<b>917,75</b>	<b>167,00</b>	<b>145</b>	<b>527</b>	<b>9,11</b>	<b>0,13</b>	<b>10,88</b>	<b>0,65</b>	<b>30,86</b>	<b>67,00</b>	
<b>Итого за день:</b>				<b>45,67</b>	<b>19,61</b>	<b>58,2</b>	<b>30,33</b>	<b>188,56</b>	<b>1493,56</b>	<b>1493,8</b>	<b>296</b>	<b>903</b>	<b>16066</b>	<b>0,29</b>	<b>11,78</b>	<b>0,97</b>	<b>48,52</b>	<b>82,92</b>	