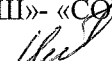


Утверждаю
 Директор филиала
 МАОУ «Велижанская СОШ»- «СОШ п. Чугунаево»

 Л.П.Ильиных

Меню

для питания детей с 7 до 11 лет
 «9» Сентября 2020 г.

Количество детей: 45 чел.

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				Цена, р	Наименование пищевых веществ, мг							
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		Витамины				Минералы			
							С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед		28,6	26,3	118,8	826,5		11,2	0,5	0,3	5,4	132,4	513,0	93,2	6,9
Котлета из говядины и курицы «Школьные»	80	14,0	9,4	5,9	164	43,49	0,08	0,02	0,05	1,67	22,67	136	12,8	0,76
Гарнир гречневый рассыпчатый	150	3,1	6,6	25,0	172	12,22	0,0	0,14	0,19	0,49	25,83	136,66	11,10	1,83
Компот из кураги + вит С	200	0,9	0,0	26,3	109	10,23	0,3	0,0	0,0	0,6	18,0	30,4	14,1	0,7
Бутерброд с джемом с маслом	30/25/5	2,6	3,7	30,0	164	11,15	0,6	0,0	0,0	0,9	7,3	18,3	5,3	0,3
Хлеб витаминиз.	40	3,3	0,6	14,4	76	1,45	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81		0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
Итого		54,4	47	237,5	1592,5	80	12,18	0,76	0,54	9,06	226,6	833,36	168,9	13,29

Меню ОБЗ

для питания детей с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Химический состав				Цена, р	Наименование пищевых веществ, мг							
		Белки, г	Жиры, г	Угл., г	ЭЦ, ккал		Витамины				Минералы			
							С	В1	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак		16,9	14,4	101,6	603		2,0	0,2	0,1	1,7	356,7	474,5	60,6	2,7
Макаронь отварные	100	4,8	3,0	36,7	193	6,97	0,0	0,05	0,10	0,81	18,26	48,58	6,85	0,71
Колбаса отварная	80	5,6	5,8	3,3	88	31,57	0,1	0,10	0,0	0,02	36,3	156,8	12,8	0,53
Бутерброд с джемом с маслом	30/20/5	2,6	3,7	30	164	1,09	0,6	0,0	0,0	0,9	7,3	18,3	5,3	0,3
Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,2	61	2,49	0,8	0,0	0,0	0,0	2,2	0,1	0,5	0,1
Фрукт	150	0,3	0,3	17,4	73	27,47	3,1	0,1	0,0	0,6	12,5	6,3	0,0	0,0
Йогурт	100	1,8	1,5	4,5	39	24,0	0,5	0,0	0,0	0,0	285,0	205,0	23,0	0,0
Кондитерское изделие	28	0,7	0,9	9,5	49	16,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого		32,8	29,6	218,2	1270	109,6	7,1	0,45	0,2	4,03	718,26	909,58	109,05	4,34

повар:  Алеева М.С.