Директор филиала : В.О. Копцов

МАОУ «Велижанская СОШ» «СОШ Веселая Грива»

Нижнетавдинского района

**Меню**

для питания детей с 7 до 11 лет

 « » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 г.

Количество детей:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 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** | **Каль-****ций** | **Фос-****фор** | **Маг-****ний** | **Желе-****зо** |
| **Обед** | **24,9** | **23,8** | **114,5** | **772,2** |  | **26,8** | **0,4** | **0,1** | **4,7** | **169,6** | **492,7** | **101,3** | **4,3** |
| Салат из свежих помидор | **80** | 0,8 | 4,1 | 2,8 | 51 | 18,02 | 13,2 | 0,0 | 0,0 | 1,8 | 10,4 | 19,2 | 14,4 | 0,6 |
| Рагу из птицы | **250** | 11,2 | 13,2 | 37,4 | 313 | 26,81 | 3,7 | 0,1 | 0,0 | 2,7 | 22,5 | 110,0 | 10,7 | 0,1 |
| Какао с молоком  | **200** | 3,4 | 3,2 | 18,1 | 115 | 10,34 | 0,7 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 258 | 133,7 | 0,0 | 0,1 |
| Булочка промышл. произв | **60** | 3,9 | 4,9 | 30,2 | 181 | 14 | 0,0 | 0,05 | 0,04 | 0,58 | 7,5 | 29,2 | 5,00 | 0,42 |
| Сок фруктовый | **200** | 0,6 | 0,2 | 15,8 | 67 | 16 | 0,00 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 55,00 | 26,0 | 8,0 | 0,00 |
| Хлеб пшеничный  | **50** | 4,9 | 0,8 | 21,7 | 114 | 1,9 | 0,0 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 19,8 | 130,8 | 37,2 | 2,5 |
| Хлеб ржаной | **30** | 1,4 | 0,3 | 13,1 | 61 |  | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 5,4 | 5,7 | 0,8 |
| **Итого**  | **51,1** | **50,2** | **253,6** | **1674,2** | **80** | **44,4** | **0,65** | **0,14** | **9,78** | **543,1** | **947** | **182,3** | **8,82** |

**Меню**

для питания детей с 12 до 18 лет

 « » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2020 г.

Количество детей\_\_\_\_\_\_\_: 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** | **Каль-****ций** | **Фос-****фор** | **Маг-****ний** | **Желе-****зо** |
| **Обед** | **32,9** | **29,2** | **132,0** | **922,6** |  | **32,4** | **0,4** | **0,1** | **5,6** | **190,1** | **601,9** | **122,2** | **5,8** |
| Салат из свежих помидор | **100** | 1 | 5,1 | 3,5 | 64 | 19,39 | 16,5 | 0,0 | 0,0 | 2,3 | 13,0 | 24,0 | 18,0 | 0,8 |
| Рагу из птицы | **300** | 16,3 | 17,1 | 37,0 | 367 | 30,7 | 3,7 | 0,1 | 0,0 | 3,1 | 22,5 | 151,0 | 11,7 | 0,2 |
| Какао с молоком  | **200** | 3,4 | 3,2 | 18,1 | 115 | 16 | 0,7 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 258 | 133,7 | 0,0 | 0,1 |
| Булочка промышл. произв | **60** | 3,9 | 4,9 | 30,2 | 181 | 15 | 0,0 | 0,05 | 0,04 | 0,58 | 7,5 | 29,2 | 5,00 | 0,42 |
| Сок фруктовый | **200** | 0,6 | 0,2 | 15,8 | 67 | 16 | 0,00 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 55,00 | 26,0 | 8,0 | 0,00 |
| Хлеб пшеничный  | **80** | 6,6 | 1,1 | 28,9 | 152 | 1,9 | 0,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 26,4 | 174,4 | 49,6 | 3,4 |
| Хлеб ржаной | **50** | 2,4 | 0,5 | 21,9 | 101 |  | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 9,0 | 43,5 | 9,5 | 1,4 |
| **Итого**  | **67,1** | **61,3** | **287,4** | **1969,6** | **90** | **53,3** | **0,75** | **0,14** | **11,58** | **582,5** | **1183,7** | **224** | **12,12** |

Повар: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Я.А. Гапеева