

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

### Меню

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

Количество детей:

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
<b>Обед</b>		<b>27,8</b>	<b>23,7</b>	<b>124,4</b>	<b>822,0</b>		<b>35,8</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>6,1</b>	<b>224,3</b>	<b>558,2</b>	<b>123,5</b>
Тефтели рыбные запеченные	80	12,6	8,2	14,2	181	31,17	1,0	0,1	0,0	2,7	42,0	195,0	25,6
Картофельное пюре	150	3,3	4,4	23,5	147	6,07	11,56	0,15	0,06	0,17	40,5	70,5	12,5
Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	144	5,83	0,4	0,0	0,0	0,5	247,0	136,8	21,2
Бутерброд с сыром	20/10	5,1	3,7	9,7	93	3,59	0,1	0,0	0,0	0,3	204,0	133	13,8
Хлеб пшеничный	50	4,9	0,8	21,7	114	1,10	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2
Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61	1,10	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	5,7
Фрукт яблоко	180	0,3	0,3	17,4	73	31,19	3,1	0,1	0,0	0,6	12,5	6,3	0,0
<b>Итого</b>		<b>58,2</b>	<b>43,9</b>	<b>244,1</b>	<b>1635</b>	<b>80</b>	<b>51,96</b>	<b>1,05</b>	<b>0,16</b>	<b>10,37</b>	<b>790,1</b>	<b>1240</b>	<b>239,5</b>

### Меню

для питания детей с 12 до 18 лет  
 «21» Сентября 2020 г.

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
<b>Обед</b>		<b>32,1</b>	<b>28,5</b>	<b>139,7</b>	<b>943,4</b>		<b>41,8</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>250,1</b>	<b>623,7</b>	<b>152,1</b>
Тефтели рыбные запеченные	100	15,1	10,3	17	221	30,86	1,2	0,1	0,0	3,1	52,5	222,3	44,6
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	9,44	13,87	0,18	0,07	0,20	48,6	84,6	15,0
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	15,8	67	10,20	0,0	0,0	0,0	0,0	55,00	26,0	8,0
Бутерброд с сыром	30/15	6,1	4,1	14,5	119	3,96	0,2	0,0	0,1	0,5	306,0	199,5	20,7
Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	21,7	114	2,20	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2
Хлеб ржаной	50	2,4	0,5	21,9	101	1,83	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5
Фрукт яблоко	155	0,3	0,3	17,4	73	31,50	3,1	0,1	0,0	0,6	12,5	6,3	0,0
<b>Итого</b>		<b>65,4</b>	<b>50,6</b>	<b>274,7</b>	<b>1814,4</b>	<b>90</b>	<b>60,17</b>	<b>1,08</b>	<b>0,27</b>	<b>11,2</b>	<b>753,3</b>	<b>1336,7</b>	<b>287,1</b>