

Утверждаю

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

*Л.П.Ильных*  
Л.П.Ильных

### Меню

для питания детей с 7 до 11 лет

«25» Сентября 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	Кальций	Фосфор	Магний
<b>Обед</b>		<b>27,5</b>	<b>15,6</b>	<b>135,8</b>	<b>794</b>		<b>22,1</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>2,6</b>	<b>178,3</b>	<b>516,3</b>	<b>125,7</b>
Котлета мясо-рыбная	80	9,5	5,5	13,0	140	49,08	0,6	0,1	0,0	1,59	48,26	122,4	21,42
Картофельное пюре	150	3,3	4,4	23,5	147	9,90	11,56	0,15	0,06	0,17	40,5	70,5	12,5
Компот из сухофруктов + вит С	200	0,7	0,0	23,9	98	7,37	0,23	0,0	0,0	0,0	3,0	16,71	2,37
Хлеб витамин.	70	5,7	1,0	25,3	133	2,20	0,0	0,2	0,0	0,0	23,1	152,6	43,2
Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	1,47	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6
Булочка	60	3,9	4,9	30,2	181	10,00	0,0	0,05	0,04	0,58	7,5	29,2	5,0
<b>Итого</b>		<b>52,5</b>	<b>172,8</b>	<b>269,2</b>	<b>1434</b>	<b>80</b>	<b>34,49</b>	<b>1,1</b>	<b>0,2</b>	<b>4,94</b>	<b>307,86</b>	<b>942,51</b>	<b>217,79</b>

### Меню

для питания детей с 12 до 18 лет

«25» Сентября 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	Кальций	Фосфор	Магний
<b>Обед</b>		<b>32,5</b>	<b>18,8</b>	<b>154,9</b>	<b>919</b>		<b>25,6</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>3</b>	<b>209,9</b>	<b>605,2</b>	<b>146,4</b>
Котлета мясо-рыбная	80	11,9	6,9	16,2	175	56,08	0,75	0,13	0,0	1,99	60,33	153,00	26,78
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	12,09	13,87	0,18	0,07	0,20	48,6	84,6	15,0
Компот из сухофруктов + вит С	200	0,7	0,0	23,9	98	6,70	0,23	0,0	0,0	0,0	3,0	16,71	2,37
Хлеб витамин.	80	6,6	1,1	28,9	152	2,93	0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6
Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122	2,20	0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	52,2	11,4
Булочка	60	3,9	4,9	30,2	181	10,00	0,0	0,05	0,04	0,58	7,5	29,2	5,0
<b>Итого</b>		<b>62,3</b>	<b>38,2</b>	<b>307</b>	<b>1823</b>	<b>90</b>	<b>40,45</b>	<b>1,26</b>	<b>0,21</b>	<b>5,77</b>	<b>366,53</b>	<b>1115,31</b>	<b>256,55</b>

повар: *Алеева* Алеева М.С.