

Директор школы:  Е.И.Новицкая

филиал МАОУ «Велижанская средняя общеобразовательная школа» - «СОШ с.Тюнево»
Нижнетавдинского района

Меню

для питания детей с 7 до 11 лет
«03» декабря 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	Железо
Обед		27,5	15,6	135,8	794		22,1	0,6	0,1	2,6	178,3	516,3	125,7	7,2
Котлета мясо-рыбная	80	9,5	5,5	13,0	140		0,6	0,1	0,0	1,59	48,26	122,4	21,42	0,7
Картофельное пюре	150	3,3	4,4	23,5	147		11,56	0,15	0,06	0,17	40,5	70,5	12,5	1,0
Компот из сухофруктов + вит С	200	0,7	0,0	23,9	98		0,23	0,0	0,0	0,0	3,0	16,71	2,37	0,4
Хлеб витамин.	70	5,7	1,0	25,3	133		0,0	0,2	0,0	0,0	23,1	152,6	43,2	2,9
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
Булочка	60	3,9	4,9	30,2	181		0,0	0,05	0,04	0,58	7,5	29,2	5,0	0,4
Итого		52,5	172,8	269,2	1434	80	34,49	1,1	0,2	4,94	307,86	942,51	217,79	13,77

Меню

для питания детей с 12 до 18 лет
«03» декабря 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	Железо
Обед		32,5	18,8	154,9	919		25,6	0,7	0,1	3	209,9	605,2	146,4	8,7
Котлета мясо-рыбная	80	11,9	6,9	16,2	175		0,75	0,13	0,0	1,99	60,33	153,00	26,78	0,88
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176		13,87	0,18	0,07	0,20	48,6	84,6	15,0	1,20
Компот из сухофруктов + вит С	200	0,7	0,0	23,9	98		0,23	0,0	0,0	0,0	3,0	16,71	2,37	0,45
Хлеб витамин.	80	6,6	1,1	28,9	152		0,0	0,2	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
Хлеб ржаной	60	2,8	0,6	26,2	122		0,0	0,0	0,0	0,0	10,8	52,2	11,4	1,7
Булочка	60	3,9	4,9	30,2	181		0,0	0,05	0,04	0,58	7,5	29,2	5,0	0,4
Итого		62,3	38,2	307	1823	90	40,45	1,26	0,21	5,77	366,53	1115,31	256,55	16,75

Старший повар:  О.А. Желтозрылова