

Директор школы:  С.И.Новицкая

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

Меню

для питания детей с 7 до 11 лет
«10» 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		26,2	27,2	118,6	824,4		16,9	0,5	0,2	2,9	115,3	377,8	97,8	6,6
Суп с крупой с мясом со сметаной	250/10/5	4,8	6,1	20,1	155	16,1	4,25	0,007	0,19	0,23	18,54	76,13	20,31	1,07
Сосиски отварные с маслом	80/5	10	12,1	4,1	165	34,01	0,0	0,0	0,0	0,2	14,4	73,0	7,5	0,7
Макароны отварные с овощами	150	3,5	3,9	31,7	179	9,17	0,6	0,2	0,003	0,5	35,2	28,5	6,9	0,9
Компот из свежих яблок + вит С	200	0,2	0,0	20,6	83	8,59	1,6	0,0	0,0	0,1	6,8	4,1	3,4	0,0
Кондитерское изделие	32	0,7	0,9	9,5	49	8,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	13,1	61	1,25	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	5,7	0,8
хлеб пшеничный	50	4,9	0,8	21,7	114	2,08	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
Итого		51,7	51,3	239,4	1603,4	80	23,35	0,8	0,39	3,93	210,04	695,73	178,81	12,57

Меню

для питания детей с 12 до 18 лет
«10» 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		26,2	27,2	118,6	824,4		16,9	0,5	0,2	2,9	115,3	377,8	97,8	6,6
Суп с крупой с мясом со сметаной	250/10/5	4,8	6,1	20,1	155	16,31	4,25	0,007	0,19	0,23	18,54	76,13	20,31	1,07
Сосиски отварные с маслом	100/5	12,5	15,1	5,1	206	40,93	0,0	0,0	0,0	0,3	18,0	85,0	12,0	1,1
Макароны отварные с овощами	180	4,2	4,7	38,0	211	10,19	0,7	0,2	0,003	0,7	42,2	34,2	9,5	1,1
Компот из свежих яблок + вит С	200	0,2	0,0	20,6	83	8,59	1,6	0,0	0,0	0,1	6,8	4,1	3,4	0,0
Кондитерское изделие	34	0,7	0,9	9,5	49	9,49	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
Хлеб ржаной	50	1,4	0,3	13,1	61	2,08	0,0	0,0	0,0	0,0	26,4	174,4	49,6	3,4
хлеб пшеничный	60	2,4	0,5	21,9	101	2,41	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
Итого		52,4	54,8	246,9	1690,4	90	23,45	0,7	0,39	4,23	236,24	795,13	202,11	14,67

Ст. повар:  О.А.Желторылова