

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

## Меню

для питания детей с 7 до 11 лет

15 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
<b>Обед</b>		<b>28,6</b>	<b>26,3</b>	<b>118,8</b>	<b>826,5</b>		<b>11,2</b>	<b>0,5</b>	<b>0,3</b>	<b>5,4</b>	<b>132,4</b>	<b>513,0</b>	<b>93,2</b>	<b>6,9</b>
Котлета из говядины и курицы «Школьные»	80	14,0	9,4	5,9	164	44,35	0,08	0,02	0,05	1,67	22,67	136	12,8	0,76
Гарнир гречневый рассыпчатый	150	3,1	6,6	25,0	172	11,92	0,0	0,14	0,19	0,49	25,83	136,66	11,10	1,83
Компот из кураги + вит С	200	0,9	0,0	26,3	109	10,41	0,3	0,0	0,0	0,6	18,0	30,4	14,1	0,7
Бутерброд с джемом с маслом	30/25/5	2,6	3,7	30,0	164	9,98	0,6	0,0	0,0	0,9	7,3	18,3	5,3	0,3
Хлеб витаминиз.	40	3,3	0,6	14,4	76	1,67	0,0	0,1	0,0	0,0	13,2	87,2	24,8	1,7
Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	1,67	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
<b>Итого</b>		<b>54,4</b>	<b>47</b>	<b>237,5</b>	<b>1592,5</b>	<b>80</b>	<b>12,18</b>	<b>0,76</b>	<b>0,54</b>	<b>9,06</b>	<b>226,6</b>	<b>833,36</b>	<b>168,9</b>	<b>13,29</b>

## Меню

для питания детей с 12 до 18 лет

15 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
<b>Обед</b>		<b>34,1</b>	<b>29,8</b>	<b>149,4</b>	<b>1002,6</b>		<b>11,7</b>	<b>0,5</b>	<b>0,3</b>	<b>6,8</b>	<b>160,0</b>	<b>659,9</b>	<b>119,2</b>	<b>8,5</b>
Котлета из говядины и курицы «Школьные»	120	17,1	10,3	7,2	190	48,23	0,12	0,03	0,07	2,5	34	204	19,2	1,14
Гарнир гречневый рассыпчатый	180	3,7	7,9	45	266	16,66	0,0	0,16	0,23	0,58	31,00	163,99	15,2	2,2
Компот из кураги + вит С	200	0,9	0,0	26,3	109	10,41	0,3	0,0	0,0	0,6	18,0	30,4	14,1	0,7
Бутерброд с джемом с маслом	30/25/5	2,6	3,7	30,0	164	10,53	0,6	0,0	0,0	0,9	7,3	18,3	5,3	0,3
Хлеб витаминиз.	60	4,4	0,8	21,7	114	2,50	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
Хлеб ржаной	40	1,9	0,4	17,5	81	1,67	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
<b>Итого</b>		<b>64,7</b>	<b>52,9</b>	<b>297,1</b>	<b>1926,6</b>	<b>90</b>	<b>12,72</b>	<b>0,76</b>	<b>1,23</b>	<b>5,38</b>	<b>277,3</b>	<b>1242,19</b>	<b>217,8</b>	<b>16,44</b>

повар: Алеева Алеева М.С.