

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
«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
Обед		28,6	26,3	118,8	826,5		11,2	0,5	0,3	5,4	132,4	513,0	93,2	6,9
Котлета из говядины и курицы «Школьные»	80	14,0	9,4	5,9	164		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		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		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		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		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		0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
Итого		54,4	47	237,5	1592,5	80	12,18	0,76	0,54	9,06	226,6	833,36	168,9	13,29

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
Обед		34,1	29,8	149,4	1002,6		11,7	0,5	0,3	6,8	160,0	659,9	119,2	8,5
Котлета из говядины и курицы «Школьные»	120	17,1	10,3	7,2	190		0,12	0,03	0,07	2,5	34	204	19,2	1,14
Гарнир гречневый рассыпчатый	180	3,7	7,9	45	266		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		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		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		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		0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	34,8	7,6	1,1
Итого		64,7	52,9	297,1	1926,6	90	12,72	0,76	1,23	5,38	277,3	1242,19	217,8	16,44

Старший повар:  О.А.Желторылова