

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  
«18» 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>27,3</b>	<b>28,4</b>	<b>107,4</b>	<b>795</b>		<b>75,8</b>	<b>0,4</b>	<b>0,6</b>	<b>3,7</b>	<b>222,2</b>	<b>399,0</b>	<b>83,3</b>	<b>4,6</b>
Гречка вязкая отварная	150	2,1	4,5	24,9	149		0,0	0,14	0,2	0,5	18,0	140,56	8,2	1,41
Курицы запеченная	80	13,0	12,1	0,6	163		0,53	0,03	0,04	2,05	13,36	184,0	10,77	1,09
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	15,8	67		0,0	0,0	0,0	0,0	55,0	26,0	8,0	0,0
Хлеб пшеничный	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	30	1,4	0,3	13,1	61		0,0	0,0	0,0	0,0	5,4	26,1	537	0,8
Йогурт	100	1,8	1,5	4,5	39		0,5	0,0	0,0	0,0	285,0	205,0	23,0	0,0
<b>Итого</b>		<b>49,5</b>	<b>47,5</b>	<b>180,7</b>	<b>1350</b>	<b>80</b>	<b>76,83</b>	<b>0,67</b>	<b>0,84</b>	<b>6,25</b>	<b>612,36</b>	<b>1067,86</b>	<b>686,87</b>	<b>9,6</b>

### Меню

для питания детей с 12 до 18 лет  
«18» 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>31,6</b>	<b>33,7</b>	<b>122,5</b>	<b>920,2</b>		<b>90,4</b>	<b>0,5</b>	<b>0,6</b>	<b>4,4</b>	<b>249,9</b>	<b>438,3</b>	<b>93,9</b>	<b>5,6</b>
Гречка вязкая отварная	180	2,5	5,4	29,2	175		0,0	0,17	0,24	0,60	21,6	168,67	11,3	1,69
Курицы запеченная	100	16,2	15,1	0,7	204		0,67	0,04	0,05	2,56	16,7	230	13,46	1,36
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	15,8	67		0,0	0,0	0,0	0,0	55,0	26,0	8,0	0,0
Хлеб пшеничный	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	50	2,4	0,5	21,9	101		0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
Йогурт	100	1,8	1,5	4,5	39		0,5	0,0	0,0	0,0	285,0	205,0	23,0	0,0
<b>Итого</b>		<b>58,4</b>	<b>57</b>	<b>209</b>	<b>1582,2</b>	<b>90</b>	<b>91,57</b>	<b>0,81</b>	<b>0,89</b>	<b>7,56</b>	<b>650,4</b>	<b>1198,67</b>	<b>183,96</b>	<b>11,75</b>

Ст. повар:  О.А..Желторылова