


Утверждаю

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

### Меню

для питания детей с 7 до 11 лет  
 17 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>27,5</b>	<b>15,6</b>	<b>135,8</b>	<b>794</b>		<b>22,1</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>2,6</b>	<b>178,3</b>	<b>516,3</b>	<b>125,7</b>	<b>7,2</b>
Котлета мясо-рыбная	80	9,5	5,5	13,0	140	47,77	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	10,42	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	7,64	0,23	0,0	0,0	0,0	3,0	16,71	2,37	0,45
Хлеб витамин.	70	5,7	1,0	25,3	133	2,50	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	1,67	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	10,00	0,0	0,05	0,04	0,58	7,5	29,2	5,0	0,42
<b>Итого</b>		<b>52,5</b>	<b>172,8</b>	<b>269,2</b>	<b>1434</b>	<b>80</b>	<b>34,49</b>	<b>1,1</b>	<b>0,2</b>	<b>4,94</b>	<b>307,86</b>	<b>942,51</b>	<b>217,79</b>	<b>13,77</b>

### Меню

для питания детей с 12 до 18 лет  
 17 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>32,5</b>	<b>18,8</b>	<b>154,9</b>	<b>919</b>		<b>25,6</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>3</b>	<b>209,9</b>	<b>605,2</b>	<b>146,4</b>	<b>8,7</b>
Котлета мясо-рыбная	80	11,9	6,9	16,2	175	54,63	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	12,56	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	6,97	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	3,33	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	2,50	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	10,00	0,0	0,05	0,04	0,58	7,5	29,2	5,0	0,42
<b>Итого</b>		<b>62,3</b>	<b>38,2</b>	<b>307</b>	<b>1823</b>	<b>90</b>	<b>40,45</b>	<b>1,26</b>	<b>0,21</b>	<b>5,77</b>	<b>366,53</b>	<b>1115,31</b>	<b>256,55</b>	<b>16,75</b>

повар:  Алеева М.С.