

Утверждаю  
 Директор ООО «Тавда Продукт»  
 Г.В.Яковлева

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

## Меню

для питания детей с 7 до 11 лет  
 5 марта 2021 г.

Количество детей:

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>27,8</b>	<b>23,7</b>	<b>124,4</b>	<b>822,0</b>		<b>35,8</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>6,1</b>	<b>224,3</b>	<b>558,2</b>	<b>123,5</b>	<b>6,2</b>
Тефтели рыбные запеченные	80	12,6	8,2	14,2	181	31,61	1,0	0,1	0,0	2,7	42,0	195,0	25,6	0,2
Картофельное пюре	150	3,3	4,4	23,5	147	12,40	11,56	0,15	0,06	0,17	40,5	70,5	12,5	1,00
Чай с молоком	200	2,8	2,5	20,1	144	8,28	0,4	0,0	0,0	0,5	247,0	136,8	21,2	0,1
Бутерброд с сыром	20/10	5,1	3,7	9,7	93	4,54	0,1	0,0	0,0	0,3	204,0	133	13,8	0,4
Хлеб пшеничный	50	4,9	0,8	21,7	114	1,25	0,0	0,1	0,0	0,0	19,8	130,8	37,2	2,5
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
Фрукт яблоко	180	0,3	0,3	17,4	73	20,67	3,1	0,1	0,0	0,6	12,5	6,3	0,0	0,0
<b>Итого</b>		<b>58,2</b>	<b>43,9</b>	<b>244,1</b>	<b>1635</b>	<b>80</b>	<b>51,96</b>	<b>1,05</b>	<b>0,16</b>	<b>10,37</b>	<b>790,1</b>	<b>1240</b>	<b>239,5</b>	<b>11,2</b>

### Дополнительное питание

Наименование	Количество	Сумма
Йогурт	2	154,00
Печенье в пачках	1	36,60
Яблоко	1	38,59
Кондитерское изделие	1	44,00
		<b>277,19</b>

## Меню

для питания детей с 12 до 18 лет

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>32,1</b>	<b>28,5</b>	<b>139,7</b>	<b>943,4</b>		<b>41,8</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>250,1</b>	<b>623,7</b>	<b>152,1</b>	<b>7,2</b>
Тефтели рыбные запеченные	100	15,1	10,3	17	221	33,90	1,2	0,1	0,0	3,1	52,5	222,3	44,6	0,3
Картофельное пюре	180	3,9	5,9	26,7	176	16,54	13,87	0,18	0,07	0,20	48,6	84,6	15,0	1,20
Сок фруктовый	200	0,6	0,2	15,8	67	10,20	0,0	0,0	0,0	0,0	55,00	26,0	8,0	0,0
Бутерброд с сыром	30/15	6,1	4,1	14,5	119	4,11	0,2	0,0	0,1	0,5	306,0	199,5	20,7	0,5
Хлеб пшеничный	60	4,9	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	50	2,4	0,5	21,9	101	2,08	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	43,5	9,5	1,4
Фрукт яблоко	155	0,3	0,3	17,4	73	20,67	3,1	0,1	0,0	0,6	12,5	6,3	0,0	0,0
<b>Итого</b>		<b>65,4</b>	<b>50,6</b>	<b>274,7</b>	<b>1814,4</b>	<b>90</b>	<b>60,17</b>	<b>1,08</b>	<b>0,27</b>	<b>11,2</b>	<b>753,3</b>	<b>1336,7</b>	<b>287,1</b>	<b>13,1</b>

Повар: Алеева М.С.Алеева