

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

11 марта 2021 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		27,5	15,6	135,8	794		22,1	0,6	0,1	2,6	178,3	516,3	125,7	7,2
Котлета мясо-рыбная	80	9,5	5,5	13,0	140	47,74	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	12,04	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	2,92	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	8,00	0,0	0,05	0,04	0,58	7,5	29,2	5,0	0,42
Итого		52,5	172,8	269,2	1434	80	34,49	1,1	0,2	4,94	307,86	942,51	217,79	13,77

Меню

для питания детей с 12 до 18 лет

11 марта 2021 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		32,5	18,8	154,9	919		25,6	0,7	0,1	3	209,9	605,2	146,4	8,7
Котлета мясо-рыбная	80	11,9	6,9	16,2	175	53,01	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	13,52	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	7,64	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	8,00	0,0	0,05	0,04	0,58	7,5	29,2	5,0	0,42
Итого		62,3	38,2	307	1823	90	40,45	1,26	0,21	5,77	366,53	1115,31	256,55	16,75

повар: Алеева Алеева М.С.