

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
 30 апреля 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
Обед		27,8	23,7	124,4	822,0		35,8	0,6	0,1	6,1	224,3	558,2	123,5	6,2
Тефтели рыбные запеченные	80	12,6	8,2	14,2	181	28,55	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	15,62	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	8,39	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	20,40	3,1	0,1	0,0	0,6	12,5	6,3	0,0	0,0
Итого		58,2	43,9	244,1	1635	80	51,96	1,05	0,16	10,37	790,1	1240	239,5	11,2

Меню

для питания детей с 12 до 18 лет
 30 апреля 2021 г.

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		32,1	28,5	139,7	943,4		41,8	0,6	0,1	6,8	250,1	623,7	152,1	7,2
Тефтели рыбные запеченные	100	15,1	10,3	17	221	29,30	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	21,41	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	20,40	3,1	0,1	0,0	0,6	12,5	6,3	0,0	0,0
Итого		65,4	50,6	274,7	1814,4	90	60,17	1,08	0,27	11,2	753,3	1336,7	287,1	13,1

Повар: Алеева М.С.Алеева