

АО "КСП "Волна"



УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы



МЕНЮ

22.05.2021

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК - 63														
2/2011	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	20/15	132	0,20	0,87	12,00	0,02	0,48	0,03	0,40	8,00	14,00	5,00	0,30
219/2008	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	374	12,00	14,10	45,50	0,08	0,26	0,01	2,95	280,17	335,34	40,17	1,10
432/2008	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	107	1,50	1,30	22,40	0,02	1,00	0,01		61,00	45,00	7,00	1,00
к/к/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13			0,38	13,75			0,50
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	44	0,40	0,40	9,80	0,03	1,00	0,03	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
Итого за ЗАВТРАК - 63 руб.			729	16,10	17,83	102,69	0,28	2,74	0,08	3,93	378,92	405,34	61,17	5,10
ОБЕД - 110														
40/2008	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (ЛУК ЗЕЛЕНЬ)	60	50	0,96	3,06	4,62	0,01	16,20	0,02	1,38	29,40	16,80	9,00	0,42
98/2008	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	200	95	2,96	2,24	15,68	0,08	6,40	0,16	0,24	20,00	70,40	21,60	0,88
290/2008	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	179	14,30	13,60	9,92	0,12	27,20	0,44	4,72	10,56	249,60	16,00	6,40
331/2008	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	191	5,50	4,80	31,30	0,06		0,03	0,80	11,00	36,00	7,00	0,80
371/2008	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	14	0,30	0,80	1,30	0,01		0,01	0,04	4,80	54,40	0,80	0,03
394/2008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	200	115	0,20	0,20	27,90	0,01	2,00		0,10	7,00	4,00	4,00	1,00
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10				8,30	40,40		0,10
к/к/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13			0,38	13,75			0,50
Итого за ОБЕД - 110 руб.			808	29,42	27,56	124,11	0,52	47,51	0,66	7,66	104,81	471,60	58,40	10,13
ОБЕД - 173														
40/2011	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ, ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И ЯЙЦОМ	100	89	4,00	4,20	12,10	0,15	7,00		1,00	74,00	41,00	37,00	0,90
94/2008	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	117	3,50	6,03	12,60	0,06	10,20	5,18	2,42	38,40	71,05	20,40	0,90
259/2008	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	218	15,70	15,90	3,10	0,04	1,00	0,01	2,00	14,00	150,00	20,00	2,00
331/2008	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	229	6,60	5,76	37,56	0,07		0,04	0,04	13,20	43,20	8,40	0,96
442/2008	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	92	1,00	0,20	19,17	0,06		0,03	0,80	11,00	36,00	7,00	0,80
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10				8,30	40,40		0,10
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	144	4,00	2,33	25,99	0,25			0,75	27,50			1,00
к/к/	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ. 3,2% ЖИРНОСТИ	1/100	87	5,00	3,20	8,50	0,03	0,60	0,02		119,00	119,00	14,00	0,10
Итого за ОБЕД - 173 руб.			1 068	43,00	39,32	139,42	0,76	18,80	5,28	7,01	305,40	500,65	106,80	6,76

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор