

Утверждаю

ИП Раменская О.С.

M. П.

Меню

« ноября » 2024г.

Директор

MBOY

«СОШ № 13» Чипизובה В.А.

Утверждаю

«СОШ № 1»

3» Чингизова Р. А.

0020

Понедельник к Неделя 2 №Рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность	Витамины (Мг)								Минеральные вещества(мг)	Цена.Руб.
			Б	Ж	У		В1	С	А(мкг)	В2	Са	Р	Мg	Fe		
День-7																
Завтрак 54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшениная	200	8,3	10,2	37,6	274,9	0,18	0,54	41,6	0,15	127	186	49	1,32	24,00	
	Пром.															
	54-21гн-2020	Фрукт (мангарин)	140	1,1	0,3	10,5	49	0,14	37,39	47,6	0	51,8	15,4	0	0,14	25,00
	Пром.	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	0,04	0,68	17,3	0,17	143	130	34	1,09	7,00
	Пром.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	0,18	0,09	0	0,14	56,25	58,05	18,45	1,62	2,00
	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	0,1	0,1	0	0,1	18,25	31,25	10	0,7	2,00	
	Итого за завтрак	610	19,2	14,7	91,1	572,5	0,64	38,8	106,5	0,56	396,3	420,7	111,45	4,87	60,00	
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5	0,02	23,1	122	0,02	27	19	10	0,36	5,00	
54-3с-2020	Рассольник	200	4,74	5,8	13,6	125,5	0,06	5,5	104	0,05	21	51,4	19,8	0,7	15,00	
54-11м-2020	Ленинградский Плов из отварной говядины	200	15,3	14,7	38,6	348,2	0,07	0,72	262	0,12	20	193	44	2,2	26,00	
54-2хн-2020	Компот из кураги	200	1	0,1	15,7	66,9	0,01	0,32	70	0,03	28	25	18	0,58	10,00	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	0,12	0,06	0	0,09	37,5	38,7	12,3	1,08	2,00	
Пром.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6	0,06	0,06	0	0,045	10,95	18,75	6	0,42	2,00	
	Итого за обед	705	25,34	27,1	93,5	718	0,34	29,76	558	0,35	144,45	345,85	110,1	5,34	60,00	
	Всего за День-7	1315	44,54	41,8	184,6	1290,5	0,98	68,56	664,5	0,91	540,75	766,55	221,55	10,2		
Количество детей на завтрак			Ответственный по питанию /ФИО/ <i>Меродисенко С.В.</i> /ФИО/													
Количество детей в обед																
Количество детей в полдник																
Всего детей			Шеф повар <i>Меродисенко</i> /ФИО/													