Утверждаю

ИП Раменская О.С.

М.П

Меню

« 6 ноября » 2024г.

Утверждаю

Директор МБОУ « СОШ № 13 » Чипизубова В.А.

М.П

Среда Неделя 2 №Рецепта	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (Мг)				Минеральные вещества(мг)				
			Б	Ж	У		B1	C	A(мкг)	B2	Ca	P	Mg	Fe	Цена.Руб.
День-9															
Завтрак															
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,8	0,01	0,11	39	0,05	132	75	5,3	0,15	10,00
54-20к-2020	Каша молочная гречневая	200	7.1	5.8	26.6	187.3	0,15	0,5	23,9	0,18	112	175	78	2,35	26,00
Пром.	Фрукт (яблоко)***	120	0.5	0.5	11.8	53.3	0	5,52	3,6	0	7,2	132	10,8	0,48	13,00
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3.8	2.9	11.3	86	0,03	0,52	13,3	0,13	111	107	31	1,07	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
Пром.	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	**605**	**20**	**14,3**	**80,2**	528,6	0,47	6,84	79,8	0,6	436,7	578,3	153,55	6,37	**60,00**
Обед															
54-27з-2020	Морковь отварная дольками	60	0.8	2	4.1	37.6	0,03	1,31	79,3	0,04	16	32	22	0,41	5,00
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4.7	5.7	10.1	110,4	0,03	6,76	134,6	0,04	33,6	42,6	19,2	0,87	15,00
54-21г-2020	Горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8	0,44	0	0,9	0,09	78	215	70	4,45	5,00
54-7м-2020	Шницель из говядины	75	13.7	13,1	12.4	221.3	0,05	0,09	16,6	0,12	30	138	20	1,94	24,00
54-3соус-2020	Соус красный	20	0.7	0.5	1.8	14.16	0,004	0,54	25,6	0	1,84	4,8	2,4	0,1	2,00
54-32хн-2020	Компот из свежих яблок	200	0.15	0.14	9.9	41.5	0,01	1,6	1,2	0,01	58	3,8	3,1	0,79	5,00
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	**750**	**37,85**	**23,14**	**91,9**	**725,66**	**0,74**	**10,42**	**258,2**	**0,44**	**265,89**	**493,65**	**155**	**10,1**	**60,00**
	Всего за День-9	**1355**	**57,85**	**37,44**	**172**	**1254,26**	**1,21**	**17,26**	**338**	**1,04**	**702,59**	**1071,9**	**308,55**	**16,4**	

Количество детей на завтрак		Ответственный по питанию Трунова Е/В /ФИО/
Количество детей в обед		
Количество детей в полдник		Шеф повар Меновщикова /ФИО/
Всего детей		