

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
ИП Васютин С.С.

МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С АЛЛЕРГИЕЙ НА РЫБНУЮ И МОЛОЧНУЮ ПРОДУКЦИЮ НА 02.05.2023 Г.

Возраст: 7-11 лет

Вторник день 8	Наименование блюда	Пищевые вещества						Энергетическая ценность										Минеральные вещества							Цена
		Выход (мл,гр)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe	Ca	Р	Мг	Fe								
Завтрак																									
291	Плов из птицы	200	14,40	17,60	37,20	337,50	0,13	10,40	170,00	166,41	133,33	43,50	1,49	70,00											
382	Чай с лимоном	200	0,30	0,00	15,20	65,00	0,00	3,83	0,00	14,20	82,40	1,50	0,36	8,00											
	Хлеб пшеничный	50	2,03	0,25	20,60	110,00	0,12	0,10	0,00	62,50	32,50	10,50	0,90	6,00											
	Огурец свежий	50	0,35	0,05	0,95	6,00	0,01	2,45	0,00	8,50	15,00	7,00	0,25	16,00											
	итого:	500	17,08	17,90	73,95	518,50	0,26	14,78	170,00	251,61	263,23	62,50	3,00	100,00											
Обед																									
49	Салат витаминный	60	1,56	3,61	5,28	57,42	0,10	5,05	55,13	47,74	31,84	10,46	1,48	25,00											
88	Щи из свежей капусты с картофелем (с мясом)	200/25	5,41	4,56	8,32	111,80	0,06	2,78	69,78	69,25	59,00	16,06	0,23	37,00											
279	Котлеты говяжьи (с соусом)	100/30	12,17	11,25	13,42	271,05	0,06	5,79	94,92	171,17	70,00	34,83	1,24	56,00											
302	Каша гречневая	150	4,60	7,61	30,64	136,54	0,11	2,34	74,30	20,75	89,85	12,20	0,50	20,00											
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	22,01	132,80	0,02	0,60	0,00	22,32	31,91	5,56	0,48	10,00											
	Хлеб пшеничный	50	2,03	0,25	20,60	110,00	0,12	0,10	0,00	62,50	32,50	10,50	0,90	6,00											
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,20	0,27	20,55	108,00	0,10	0,12	0,00	53,50	33,80	11,50	0,40	6,00											
	итого:	865	26,43	27,37	100,27	819,61	0,42	18,46	244,13	378,73	335,10	86,61	4,13	160,00											
Полдник																									
	Кефир творожный	50	4,41	6,58	24,01	166,37	0,07	1,58	60,00	27,91	61,09	14,91	0,30	35,00											
	Молоко кипяченое	200	5,90	3,20	9,90	136,33	0,11	2,60	40,00	128,89	91,11	16,89	1,01	35,00											
	Фрукты свежие,груша	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	4,60	3,00	6,00	11,00	5,00	0,50	30,00											
	итого:	350	10,71	10,18	43,71	349,70	0,18	8,78	103,00	162,80	163,20	36,80	1,81	100,00											
			54,22	55,45	217,93	1687,81	0,86	42,02	517,13	793,14	761,53	185,91	8,94												