

СОГЛАСОВАНО
Директор _____

УТВЕРЖДАЮ
ИП Васютин С.С.



МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С АЛЛЕРГИЕЙ НА РЫБЬЮ И МОЛОЧНУЮ ПРОДУКЦИЮ НА 05.05.2023 Г.

Возраст: 7-11 лет

Пятница день 10	Наименование блюда	Пищевые вещества										Цена					
		Выход (мл/г)	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	В1	С	А	Са	Р		Мг	Fe			
	Завтрак																
б/н	Ежика мясные (с соусом) 80/20	100	6,85	8,50	18,60	176,00	0,14	8,20	110,95	117,00	68,00	15,66	1,08	62,00			
309	Макаронные изделия отварные	150	5,50	4,50	26,40	168,45	0,03	0,00	24,98	27,45	56,99	21,38	0,45	11,00			
376	Чай с сахаром	200\15	0,20	0,00	15,00	58,00	0,00	1,00	0,00	11,10	82,40	1,40	0,28	5,00			
	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			
15	Овощи свежие	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:	550	14,93	12,30	81,55	518,45	0,30	11,75	135,93	226,55	254,89	55,94	3,0	100,00			
	Обед																
21	Салат из соленых огурцов	60	0,51	3,03	1,55	35,46	0,09	2,04	24,45	53,48	45,39	9,75	1,51	18,00			
82	Суп картофельный с гречкой (с мясом)	200\25	8,00	8,50	27,00	133,14	0,03	1,68	72,18	69,73	50,61	5,20	0,33	45,00			
294	Котлета рубленая из птицы (с соусом) 80/20	100	10,10	13,10	2,45	97,95	0,00	2,09	149,40	106,98	106,93	14,04	0,50	45,00			
310	Картофель отварной	150	2,86	4,30	23,01	142,35	0,02	4,80	79,58	71,47	99,93	29,01	0,70	25,00			
342	Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	0,12	12,38	0,00	14,18	4,40	5,14	0,25	15,00			
	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:	835	25,86	29,61	123,04	741,50	0,37	23,21	325,61	431,84	373,56	85,14	4,59	160,00			
	Полдник																
	Хлебобулочное (кондитерское) изделие	50	10,20	10,50	4,20	175,00	0,16	0,30	96,00	109,30	139,20	22,60	0,79	35,00			
	Сок фруктовый	200	0,00	0,00	31,80	128,00	0,02	4,00	0,00	38,00	14,00	8,00	0,40	25,00			
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,00	4,60	3,00	6,00	11,00	5,00	0,50	40,00			
	итого:	350	10,60	10,90	45,80	350,00	0,18	8,90	99,00	153,30	164,20	35,60	1,69	100,00			
			51,39	52,81	250,39	1609,95	0,85	43,86	560,54	811,69	792,65	176,68	9,2				