СОГЛАСОВАНО
Директор _____

УТВЕРЖДАЮ
ИП Васютин С.С. _____

МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С АЛЛЕРГИЕЙ НА РЫБНУЮ И МОЛОЧНУЮ ПРОДУКЦИЮ НА 10.05.2023 Г.

Возраст: 7-11 лет

	Среда день 3	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	Витамины			Минеральные вещества				
	Наименование блюда	**Выход (мл,гр)**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Ккал**	B1	C	A	Ca	P	Mg	Fe	Цена
	Завтрак													
б/н	Пельмени отварные (с растительным маслом)	**180/20**	9,23	11,88	35,27	308,00	0,13	5,87	101,90	122,16	84,89	36,43	1,51	**74,00**
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**
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	**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**
	итого:	**500**	**11,81**	**12,18**	**71,82**	**482,00**	**0,26**	**9,42**	**101,90**	**204,26**	**214,79**	**55,33**	**2,9**	**100,00**
	Обед													
67	Винегрет овощной	**60**	1,84	6,02	4,37	75,06	0,03	7,03	68,16	28,24	31,27	14,53	1,21	**18,00**
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	**45,00**
265	Плов с мясом	**175**	12,62	13,90	32,89	308,00	0,03	1,02	105,00	109,15	149,47	30,33	0,83	**70,00**
305	Напиток из ягод	**200**	0,68	0,28	20,76	108,20	0,08	10,00	0,00	21,34	33,44	3,44	0,63	**15,00**
	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**
	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**
	итого:	**760**	**24,78**	**25,28**	**107,49**	**821,06**	**0,42**	**21,0**	**242,94**	**343,98**	**339,48**	**86,36**	**4,20**	**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	**35,00**
	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	**30,00**
	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**
			47,19	***48,36***	***225,11***	***1653,06***	***0,86***	***39,36***	***443,84***	***701,54***	***718,47***	***177,29***	***8,83***	