



СОГЛАСОВАНО  
Директор

УТВЕРЖДАЮ  
ИП Вязюгин С.С.

Возраст: 7-11 лет

**МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С АЛЛЕРГИЕЙ НА РЫБНУЮ И МОЛОЧНУЮ ПРОДУКЦИЮ НА 11.05.2023 Г.**

Четверг день 4	Наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность							Минеральные вещества						
		Выход (млрд)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe	Цена					
<i>Завтрак</i>																			
б/н	Каша жидкая (с джемом)	190/10	5,88	7,75	36,15	245,00	0,09	4,88	32,50	103,50	43,90	32,80	0,50	57,20					
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					
209	Йогурт вареное	40	6,38	5,75	0,38	78,75	0,03	0,00	100,00	22,00	76,80	4,80	1,00	15,80					
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					
	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					
	<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>14,84</b>	<b>13,80</b>	<b>73,08</b>	<b>497,75</b>	<b>0,25</b>	<b>8</b>	<b>132,50</b>	<b>207,60</b>	<b>250,60</b>	<b>56,50</b>	<b>2,8</b>	<b>100,00</b>					
<i>Обед</i>																			
45	Салат из белокачанной капусты	60	0,78	1,95	3,88	36,24	0,08	4,08	48,00	48,25	46,56	16,47	1,99	15,00					
102	Суп картофельный с Бобовыми (с мясом)	200/25	4,39	4,22	11,23	114,60	0,04	2,30	42,90	64,70	87,23	18,20	0,75	40,00					
259	Бефстроганов (в соусе) 50/50	100	16,20	16,78	33,58	305,00	0,12	3,66	73,52	98,57	70,25	4,69	0,22	66,00					
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	15,00					
350	Кисель из плодов и ягод свежих	200	0,15	0,08	24,49	114,60	0,01	4,00	0,00	14,00	8,94	5,58	0,14	12,00					
	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					
	<b>Итого:</b>	<b>835</b>	<b>26,58</b>	<b>27,60</b>	<b>116,74</b>	<b>820,79</b>	<b>0,37</b>	<b>18,96</b>	<b>244,00</b>	<b>350,49</b>	<b>346,71</b>	<b>85,45</b>	<b>4,20</b>	<b>160,00</b>					
<i>Полдник</i>																			
	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	40,00					
	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	35,00					
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>10,60</b>	<b>10,90</b>	<b>45,80</b>	<b>350,00</b>	<b>0,18</b>	<b>8,90</b>	<b>99,00</b>	<b>153,30</b>	<b>164,20</b>	<b>35,60</b>	<b>1,69</b>	<b>100,00</b>					
	<b>Итого:</b>		<b>52,02</b>	<b>52,30</b>	<b>235,62</b>	<b>1668,54</b>	<b>0,80</b>	<b>36,29</b>	<b>475,50</b>	<b>711,39</b>	<b>761,51</b>	<b>177,55</b>	<b>8,72</b>						