



СОГЛАСОВАНО
Директор _____

УТВЕРЖДАЮ
ИП Васютин С.С.

МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С АЛЛЕРГИЕЙ НА РЫБНУЮ И МОЛОЧНУЮ ПРОДУКЦИЮ НА 12.05.2023 Г.

Возраст: 7-11 лет

Дата	Наименование блюда	Выход (мл,гр)	Пищевые вещества				Энергетическая ценность				Витамины							Минеральные вещества					Цена
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe	Ca	Р	Мг	Fe						
Завтрак																							
6/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	63,00									
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	15,00									
	итого:	550	14,93	13,30	81,55	518,45	0,30	12	135,93	226,55	254,89	55,94	2,9	100,00									
Обед																							
21	Салат из соевых отрудов	60	0,51	3,03	1,55	35,46	0,09	2,04	24,45	53,48	45,39	9,75	1,51	16,00									
82	Борщ с капустой и картофелем (с мясом и сметаной)	200\25\10	8,00	8,50	27,00	143,14	0,03	1,68	72,18	69,73	50,61	5,20	0,33	51,00									
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									
312	Пюре картофельное (на воде)	150	4,03	6,22	19,19	182,01	0,05	4,13	88,01	81,24	103,85	16,03	0,37	24,00									
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	12,00									
	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:	845	27,03	31,53	119,22	791,16	0,40	22,54	334,04	441,61	377,48	72,16	4,26	160,00									
Полдник																							
	Хлебобулочное (кондитерское) изделия	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	30,00									
	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									
			52,56	55,73	246,57	1659,61	0,88	43,19	568,97	821,46	796,57	163,70	8,8										