

СОГЛАСОВАНО
Директор _____

УТВЕРЖДАЮ
ИП Васютин С.С.



МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С АЛЛЕРГИЕЙ НА ЯЙЦУ И МОЛОЧНУЮ ПРОДУКЦИЮ НА 28.04.2023 Г.

Возраст: 7-11 лет

Даты/период	Наименование блюда	Пищевые вещества					Энергетическая ценность	Витамины							Минеральные вещества						
		Выход (мл,гр)	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	Цена						
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	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	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 орудов	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	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) 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	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								