



МЕНЮ

10.11.2020

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ

Директор школы _____

ТВЕРЖДАЮ:

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
							В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
ЗАВТРАК - 61															
2/2011	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ АБРИКОСОВЫМ	20/15	132	1,20	0,87	22,00	0,02	0,48	0,03	0,40	8,00	14,00	5,00	0,30	
224/2008	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	120/30	307	12,50	11,60	49,20	0,07	0,21	0,01	1,00	230,10	275,50	33,00	0,90	
434/2008	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	113	6,10	5,30	10,10	0,08	3,00	0,02		252,00	189,00	29,00	2,00	
Итого за ЗАВТРАК - 61 руб.			552	19,80	17,77	81,30	0,17	3,69	0,06	1,40	490,10	478,50	67,00	3,20	
ОБЕД - 106															
41/2008	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	60	54	0,72	3,12	5,70	0,02	15,60	0,19	1,44	21,60	16,20	10,20	0,66	
76/2008	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/5/10	108	4,36	6,00	9,30	0,03	0,90	0,21	0,23	40,60	49,10	7,31	0,84	
237/2008	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	50/150	265	14,02	14,10	19,90	0,07	7,05	0,03	5,76	60,00	191,73	27,05	1,29	
401/2008	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	142	1,00	0,10	34,20	0,02		0,03	1,10	33,00	29,00	21,00	0,70	
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10				8,30	40,40		0,10	
/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13			0,38	13,75			0,50	
Итого за ОБЕД - 106 руб.			733	25,30	26,18	102,49	0,37	23,55	0,46	8,91	177,25	326,43	65,56	4,09	
ОБЕД - 167															
41/2008	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	90	1,20	5,20	9,50	0,03	26,00	0,32	2,40	36,00	27,00	17,00	1,10	
76/2008	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/5/10	123	3,66	6,90	11,46	0,03	1,04	0,02	0,23	50,20	60,80	9,05	1,04	
238/2008	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	300	345	13,06	13,30	68,20	0,10	13,60	0,09	2,80	67,80	252,20	35,40	1,58	
401/2008	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	142	1,00	0,10	34,20	0,02		0,03	1,10	33,00	29,00	21,00	0,70	
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10				8,30	40,40		0,10	
/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	94	2,90	1,06	18,24	0,04				7,74	29,58	11,48	0,70	
338/2008	МАНДАРИН	80	30	0,60		6,00		30,40		0,20	128,00	113,60	8,80	0,10	
Итого за ОБЕД - 167 руб.			916	25,62	28,26	168,00	0,32	71,04	0,46	6,73	331,04	552,58	102,73	5,32	

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор



МЕНЮ

11.11.2020

ПИТАНИЕ ПО БЕЗНАЛИЧНОМУ РАСЧЕТУ

Директор школы

УТВЕРЖДАЮ:



Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
							В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
ЗАВТРАК - 61															
189/2008	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	205	5,03	8,13	27,86	0,80	1,29	0,50	0,64	199,50	206,00	23,00	1,00	
5/2008	БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ П/К	20/15	116	5,90	9,40	7,40	0,04			0,40	8,00	46,00	7,00	0,70	
430/2008	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60	0,20	0,10	15,00					5,00	8,00	4,00	1,00	
/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13			0,38	13,75			0,50	
338/2011	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	44	0,40	0,40	9,80	0,03	1,00	0,03	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого за ЗАВТРАК - 61 руб.			497	13,53	19,19	73,05	1,00	2,29	0,53	1,62	242,25	271,00	43,00	5,40	
ОБЕД - 106															
51/2008	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	130	5,30	9,70	5,00	0,02	11,00	0,19	3,80	48,00	95,00	24,00	1,00	
101/2008	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	200	94	3,12	2,24	15,20	0,07	4,80	0,16	0,32	17,60	43,20	16,80	0,72	
306/2008	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	416	13,90	12,40	36,90	0,10	30,60		3,00	95,00	180,70	5,00	5,00	
399/2008	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	141	0,50	0,10	31,50	0,02	12,00		0,10					
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	92	3,20	1,70	20,40	0,10				8,30	40,40		0,10	
/	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99	0,13			0,38	13,75			0,50	
/	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ. 3,2% ЖИРНОСТИ	1/100	87	5,00	3,20	8,50	0,03	0,60	0,02		119,00	119,00	14,00	0,10	
Итого за ОБЕД - 106 руб.			1 032	33,02	30,50	130,49	0,47	59,00	0,37	7,60	301,65	478,30	59,80	7,42	
ОБЕД - 167															
51/2008	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	123	1,40	10,10	6,60	0,02	15,00	0,25	4,60	38,00	36,00	19,00	1,00	
101/2008	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	250	121	3,90	2,80	20,00	0,11	8,00	0,20	0,30	23,00	64,00	25,00	1,00	
306/2008	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	250	366	12,20	14,40	23,70	0,09	17,00		1,68	83,60	159,00	4,40	2,40	
442/2008	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	92	1,00	0,20	19,17	0,02	4,00			14,00	14,00	8,00	2,80	
/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	115	4,00	2,12	25,50	0,12				10,37	50,50		0,13	
/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	144	4,00	2,33	25,99	0,25			0,75	27,50			1,00	
/	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ. 3,2% ЖИРНОСТИ	1/100	87	5,00	3,20	8,50	0,03	0,60	0,02		119,00	119,00	14,00	0,10	
Итого за ОБЕД - 167 руб.			1 048	31,50	35,15	129,46	0,64	44,60	0,47	7,33	315,47	442,50	70,40	8,43	

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор