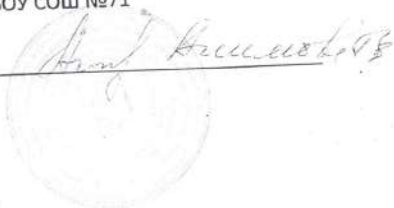


Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ №71



Утверждено:
 Директор ООО "Школьник"



В.С. Чуричков



МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №71

День: среда
 Неделя: первая
 Возрастная категория: с 1 по 4 класс
 Осенне-зимнее

№ рец	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные в-ва, мг					
			Б	Ж	У		С	В1	В2	А, мкг	Са	Mg	Fe	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
223/15/22	Запеканка из творога с повидлом	100/20	17,66	12,08	30,00	296,80	0,38	0,06	0,23	88,70	151,30	24,98	1,10	172,20	9,34	21,78
303/15	Каша гречневая вязкая	150	4,58	5,01	20,52	146,00	0,00	0,10	0,04	0,00	8,45	72,03	2,42	76,20	0,00	0,00
376/15	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15,00	60,00	0,03	0,00	0,00	0,00	11,10	1,40	0,28	2,80	0,00	0,00
405/15	Хлебная булочка	55	3,83	2,56	26,37	132,77	0,00	0,09	0,07	33,55	11,59	15,98	0,79	66,55	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	540	26,14	19,67	91,89	635,57	0,41	0,25	0,34	122,25	182,44	114,39	4,59	317,75	9,34	21,78
	ОБЕД															
67/15	Винегрет овощной (квашеная капуста)	60	0,84	6,02	4,37	75,00	5,78	0,03	0,00	0,00	18,74	11,72	0,50	25,90	1,68	0,00
113/15/22	Суп лапша домашняя с мясом	250/12,5	7,73	8,90	11,62	166,55	0,50	0,04	2,08	10,00	34,55	16,88	0,95	65,91	2,10	2,82
199/15/22	Гороховое пюре	150	13,16	5,00	33,83	231,65	0,00	0,41	0,08	9,00	91,03	59,64	4,53	103,50	0,00	0,00
294/15/22	Котлеты рубленые из филе куриного	90	16,00	19,22	18,64	311,40	0,88	0,05	0,07	68,20	67,86	24,78	1,64	137,81	1,62	2,36
528/96	Соус красный основной	25	0,28	1,55	0,50	12,00	0,04	0,01	0,01	41,84	1,45	2,29	0,21	4,84	0,42	0,25
348/15/22	Комлот из чернослива	200	0,26	0,08	18,36	76,53	0,35	0,01	0,04	3,60	15,80	13,24	0,35	29,20	0,00	0,00
405/15	Хлебная булочка	50	3,48	2,33	23,97	120,70	0,00	0,08	0,06	30,50	10,54	14,53	0,72	60,50	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	837,5	41,75	43,10	111,29	993,83	7,55	0,63	2,34	163,14	239,97	143,08	8,90	427,66	5,82	5,43