

Согласовано:
 Директор МБОУ СОШ №71

Утверждено:
 Директор ООО "Школьник"

С.С. Виноградова

В.С. Чуричков
 ООО "ШКОЛЬНИК"

МЕНЮ

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №71

День: пятница
 Неделя: вторая
 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	Р	І, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
17/15/22	Сыр порционно	10	2,63	2,66	0,00	34,30	0,07	0,01	0,04	23,80	100,00	5,50	0,07	60,00	0,00	1,46
11/15/22	Каша манная молочная	200/15	6,07	8,04	28,38	218,00	1,17	0,08	0,17	56,68	132,57	20,30	0,46	115,50	8,96	1,99
19/15	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60	1,30	0,04	0,16	20,00	125,78	14,00	0,13	90,00	0,00	0,00
17/22	Плюшка "Московская"	80	7,25	7,46	50,30	298,74	0,75	0,12	0,05	0,00	35,05	14,30	0,85	68,80	2,40	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	520	19,12	20,84	94,63	651,64	3,29	0,25	0,42	100,48	393,40	54,10	1,51	334,30	11,36	3,45
	ОБЕД															
17/15/22	Салат из квашеной капусты	60	1,08	3,04	27,97	54,55	7,09	0,00	0,05	27,20	26,80	9,24	0,39	41,90	1,97	3,51
15/04/22	Суп Солянка сборная	200	7,49	6,96	28,32	223,20	3,33	0,06	0,14	19,04	28,75	74,00	2,65	73,44	0,96	1,72
16/04/22	Картофель тушеный	150	3,15	9,60	27,75	181,50	17,99	0,12	0,08	488,90	33,20	28,67	1,22	70,50	5,76	0,32
14С/15/22	Биточки мясные "Ёжик" в соусе	60/30	8,95	19,10	4,92	221,89	0,05	0,03	0,06	184,40	2,20	3,36	1,37	155,24	1,60	19,70
17/15	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
10/15	Хлебная булочка	40	2,78	1,86	19,18	96,56	0,00	0,06	0,05	24,40	8,43	11,62	0,58	48,40	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	755	23,52	40,58	123,14	837,70	28,49	0,27	0,38	743,94	110,48	128,29	6,49	392,28	10,29	25,25