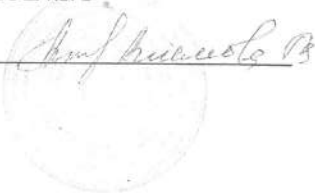


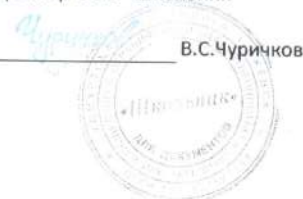
Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №71



Утверждено:

Директор ООО "Школьник"



В.С.Чуричков

МЕНЮ

День: среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 1 по 4 класс

Осенне-зимнее

ООО "Школьник" столовая МБОУ СОШ №71

№ 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															
174/15/22	Каша ячневая молочная	200/10	7,31	10,98	39,20	286,00	0,96	0,11	0,10	24,82	162,04	36,46	0,94	221,17	4,01	0,45
295/15/22	Котлеты рубленые из окорочков	45	14,37	9,54	6,93	169,64	0,00	0,05	0,01	21,33	18,60	17,27	1,95	35,96	0,40	1,21
382/15	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	1,59	0,06	0,19	24,40	152,22	21,34	0,48	124,56	13,00	2,80
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	505	29,24	26,39	87,68	694,94	2,55	0,30	0,36	101,05	343,40	89,60	4,09	442,19	17,41	4,46
	ОБЕД															
37/22	Салат из крабовых палочек с кукурузой	60	2,70	9,30	7,44	125,40	11,47	0,02	0,07	35,30	29,82	17,53	0,65	40,60	2,83	5,45
82/15	Борщ с капустой, картофелем	250	1,80	4,93	10,94	103,80	10,68	0,05	0,05	0,00	49,73	26,13	1,23	54,60	6,18	1,03
203/15/22	Макароны отварные	150	4,60	3,90	24,60	189,00	0,00	0,07	0,02	0,00	1,51	7,00	3,21	46,20	0,96	0,00
528/96	Соус красный основной	30	0,33	1,86	0,60	14,40	0,05	0,01	0,01	50,20	1,74	2,74	0,25	5,80	0,50	0,30
295Ш/15/2	Котлеты из филе окорочков (шаурма)	90	28,73	19,07	13,86	339,27	0,00	0,10	0,02	42,66	37,20	34,54	3,90	71,92	0,80	2,42
348/15/22	Компот из изюма	200	0,35	0,07	29,85	122,20	0,00	0,02	0,01	0,00	20,32	8,12	0,45	19,36	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	830	41,99	41,46	111,26	1014,77	22,20	0,35	0,24	158,66	150,86	110,59	10,41	298,98	11,27	9,20