

Согласовано:
Директор МБОУ СОШ №71

Утверждено:
Директор ООО "Школьник"

МЕНЮ

День: вторник
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	P	I, мкг	Se, мкг
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
	ЗАВТРАК															
222/15/22	Пудинг творожно-манный со сг. мол	70/5	7,98	5,82	14,89	143,80	0,16	0,05	0,28	210,00	80,96	13,79	0,54	136,20	14,14	0,35
173/15/22	Каша пшеничная молочная	200/10	8,64	11,06	44,32	315,00	0,96	0,14	0,17	54,80	146,77	44,33	2,34	221,30	7,96	1,77
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
90/86/22	Кекс "Майский"	50	3,45	5,35	29,85	181,33										
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	550	20,14	22,25	104,06	700,13	1,15	0,19	0,45	264,80	238,83	59,52	3,16	360,30	22,10	2,12
	ОБЕД															
62/15	Салат из моркови с сахаром	75	0,92	0,07	8,61	61,28	2,52	0,04	0,04	1271,20	19,32	27,04	0,50	35,00	3,18	0,06
88/15	Щи из свежей капусты, карт. и окорочком	200/12,5	8,69	6,74	6,37	126,25										
312/15	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	18,16	0,14	0,11	0,00	36,98	27,75	1,01	86,60	8,55	0,45
280С/15/22	Фрикадельки мясные в соусе	55/50	7,20	12,21	8,80	176,61	2,09	0,02	0,16	39,00	23,75	23,14	1,11	164,60	7,65	0,06
348/15	Компот из кураги	200	0,78	0,04	27,63	114,80	0,60	0,02	0,03	0,00	32,32	17,56	0,48	21,90	0,00	0,00
405/15	Хлебная булочка	60	4,18	2,80	28,79	144,84	0,00	0,10	0,07	36,60	12,64	17,44	0,86	72,60	0,00	0,00
	ИТОГО ЗА ПРИЁМ	802,5	24,83	26,66	100,64	761,03	23,37	0,32	0,41	1346,80	125,01	112,93	3,96	380,70	19,38	0,57