

"Согласовано"

Начальник ТО Управления  
Роспотребнадзора по Самарской  
области в городе Чапаевск

Л.А. Чапала

**Меню**

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ШКОЛ Безенчук на период с 19.11.2018г. - 23.11.2018г.

Директор ООО "Орфей"  
Л.А. Грошева



№	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность				Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества							
				Б	Ж	У	Y		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
19.11.																				
	Сосиски отварные в соусе	60/110	21,00	9,00	11,90	0,63	140	0,01							11,94	63,08		6,7		0,8
	Макароник с маслом	5/150	6,00	3,60	3,20	26,60	219	0,06							1,30	8		34		0,8
	Масло сливочное плг	20.	6,00	0,10	10,30	0,14	112								0,04	3,39		0,105		0,02
	Чай с сахаром лимоном	7/200	3,00	0,20		16,00	65	0			2,20				16	8		6		0,8
	Хлеб	30	1,50	2,40	0,28	15,90	72,3	0,05							0,49	8,3		2,65		11,2
	<b>Итого:</b>		<b>37,50</b>	<b>15,30</b>	<b>25,68</b>	<b>59,27</b>	<b>608,30</b>	<b>0,12</b>		<b>2,4</b>				<b>10,02</b>	<b>58,32</b>		<b>204,9</b>		<b>117,06</b>	<b>4,85</b>
20.11.																				
	Каша молочная "Дружба"	5/200	10,50	4,05	4,65	23,40	151,50	0,06		0,52					112,9	103,4		17		0,37
	Яйцо вареное	40.	7,00	3,12	5,10	26,40	158,01	0,15		5,6					0,2	40		54		0,55
	Компот из свеж фрук +с вит	200.	6,00	0,10	0,00	29,70	112,00	0,06							0,8	10		52		0,6
	Хлеб	30	1,50	2,40	0,28	15,90	72,30	0,05							0,49	8,3		2,65		11,2
	<b>Итого:</b>		<b>25,00</b>	<b>9,67</b>	<b>10,03</b>	<b>95,40</b>	<b>493,81</b>	<b>0,26</b>		<b>1,50</b>				<b>0,13</b>	<b>170,05</b>		<b>225,67</b>		<b>65,72</b>	<b>2,62</b>
21.11.																				
	Жаркое по- дом (куриное филе)	50/200	40,00	22,60	25,80	21,60	410	0,12		6,60					12,00	45		176		36
	Икра из свежлы	65	6,35	1,05	3,40	6,80	62,5	0,05		0,40					1,00	40		65		25
	Чай с сахаром лимоном	7/200	3,00	0,20	0,00	16,00	65	0		2,20					16	8		8		0,5
	Хлеб	30	1,50	2,40	0,28	15,90	72,3	0,05							0,45	8,3		2,65		11,2
	<b>Итого:</b>		<b>50,85</b>	<b>26,25</b>	<b>29,48</b>	<b>60,30</b>	<b>609,80</b>	<b>0,22</b>		<b>8,20</b>				<b>30,20</b>	<b>109,3</b>		<b>251,65</b>		<b>78,2</b>	<b>13,5</b>
22.11.																				
	Бифлигекс	53	35,00	8,90	12,00	11,50	190,00	0,04		0,00					1,00	12		93		8
	Капуста тушеная	150	8,90	3,12	5,10	26,40	158,01	0,15		5,60					0,30	40		84		30
	Бутерброд с сыром	25/50	14,50	8,40	7,80	102,00	102,00	0,05		0,14					0,08	176		100		27
	Компот из свеж фрук +с вит	200	6,00	0,10	0,00	29,70	112,00	0,06							0,80	10		32		0,6
	Хлеб	30	1,50	2,40	0,28	15,90	72,3	0,05							0,49	8,3		2,63		11,2
	<b>Итого:</b>		<b>65,90</b>	<b>2,40</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>634,31</b>	<b>0,11</b>		<b>14,2</b>				<b>60</b>	<b>226</b>		<b>310</b>		<b>42</b>	<b>2,8</b>
	Кнели из филе кур в соусе	5/80	34,00	15,00	12,70	16,70	192,90	0,03		0,30					0,68	18,3		60,3		11,5
	Рис отварной с овощами	150.	8,30	2,10	4,50	22,35	135,00	0,03							15	15		71		15
	Икра кабачковая	68	6,95	1,05	3,40	6,80	62,50	0,05		0,40					1,00	40		65		25
	Сок фруктовый	200	10,00	1,00	0,00	21,40	94,00	0,04		4,00					0,40	40		24		18
	Хлеб	30	1,50	2,40	0,28	15,90	72,30	0,05							0,49	8,3		2,65		11,2
	<b>Итого:</b>		<b>60,75</b>	<b>21,55</b>	<b>20,88</b>	<b>83,15</b>	<b>556,70</b>	<b>0,21</b>		<b>0,04</b>					<b>2,99</b>	<b>121,6</b>		<b>222,95</b>		<b>80,7</b>
	<b>ВСЕГО</b>		<b>240,00</b>	<b>75,17</b>	<b>86,07</b>	<b>298,12</b>	<b>2902,92</b>	<b>1,16</b>		<b>26,34</b>				<b>100,35</b>	<b>607,17</b>		<b>1103,8</b>		<b>374,1</b>	<b>16,37</b>