

"Согласовано"  
Начальник ТО Управления  
Роспотребнадзора по Самарской  
области в городе Чапаевск

Л.А. Чапала

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО "Орфей"

Л.А. Грошева

**Меню**

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ШКОЛ Безенчук на период с 03.12.2018г. - 07.12.2018г.  
(Продленка)

	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества					
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
03.12.	Суп картош.пшенный б/м	250	7	10,5	29,1		223	0,21	12,00				0,80	41,9		50,3	1,69	
	Шницель в соусе	75/125	30,80	8,90	12,00	11,50	190	0,04	0,04				0,40	11		65	15	
	Гречка отварная	150	4,70	4,80	19,00	152		0,02		0,01				15		54	9	
	Чай с сахаром лимоном	7/200	3,00	0,20	16,00	65		0,06						12		8	6	
	Хлеб	60	3,00	2,40	15,90	72,3		0,05						8,3		2,65	11,2	0,5
	<b>Итого:</b>		<b>48,50</b>	<b>26,80</b>	<b>46,18</b>	<b>62,40</b>	<b>702,30</b>	<b>0,17</b>	<b>2,4</b>	<b>10,02</b>				<b>1,16</b>	<b>58,32</b>	<b>204,9</b>	<b>117,06</b>	<b>4,85</b>
04.12.	Суп картоф.вермиш б/м	250	6,00	13,80	16,10	30,60	170,00	0,05	20,5				0,8	65		25	0,8	
	Запеканка картоф с (филе кур)	5/250	45,36	14,78	16,05	40,87	375,33	0,04	0,04				0,4	11		65	15	
	Чай с сахаром	200	1,40	0,10	0,00	15,00	60,00	0	2,2					16		8	15	
	Хлеб	60	3,00	2,40	0,28	15,90	72,30	0,05					0,49	8,3		2,65	11,2	0,5
	<b>Итого:</b>		<b>55,76</b>	<b>31,08</b>	<b>32,43</b>	<b>102,37</b>	<b>677,63</b>	<b>0,26</b>	<b>1,50</b>	<b>0,13</b>				<b>1,18</b>	<b>170,05</b>	<b>225,67</b>	<b>65,72</b>	<b>2,62</b>
	Рассольник ленин смет б/м	10/250	9,12	2,08	5,00	19,00	130	0,12	11,80					1,10	102,5		41	0,5
05.12.	Пудинг из творога со стущ	25/150	41,00	8,90	12,00	11,50	190	0,05		45,00			0,50	10		165	39	
	Чай с сахаром лимоном	7/200	3,00	0,20	16,00	65		0,06						12		8	6	
	Хлеб	60	3	2,4	0,28	15,9	72,3	0,05					<b>0,45</b>	<b>8,3</b>		<b>2,65</b>	<b>11,2</b>	<b>0,5</b>
	<b>Итого:</b>		<b>56,12</b>	<b>13,58</b>	<b>17,28</b>	<b>62,40</b>	<b>457,30</b>	<b>0,16</b>	<b>8,20</b>	<b>30,20</b>				<b>2,65</b>	<b>30,3</b>	<b>175,65</b>	<b>56,2</b>	<b>1,7</b>
	Борщ картоф.капус, смет, б/м	10/250	8,12	3,60	5,10	20,30	142,00	0,02	12,00	0,01			0,80	60		48,76	25	0,1
	Кнели из филе кур в соусе	5/80	34,00	8,90	12,00	11,50	190,00	0,04	0,04				0,40	11		65	15	
06.12.	Макаронник с маслом	5/150	6,00	3,60	3,20	26,60	219,00	0,06					1,30	1,2		34	0,8	
	Хлеб	60	3,00	2,40	0,28	15,90	0,10	0,05	9,20	0,01			0,91	31,66		41,53	18,67	
	Чай с сахаром лимоном	7/200	3,00	0,20	0,00	16,00	65		2,20					16		8	6	
	<b>Итого:</b>		<b>54,12</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>616,10</b>	<b>0,11</b>	<b>14,2</b>	<b>60</b>				<b>1,40</b>	<b>226</b>	<b>310</b>	<b>42</b>	<b>2,13</b>
	Щи картоф.капус, смет б/м	10/250	7,00	10,50	29,10		223,00	0,21	12				0,80	41,9		50,3	1,69	
	Рыба тушеная с овощами	75/125	44,20	14,60	13,90		128,70	0,06		1,20			1,00	12		93	8	
07.12.	Рис отварной	150	5,30	2,10	4,00	16,70	192,90	0,03	0,20	10,00			0,63	18,5		60,5	11,3	
	Компот из свеж фрукт +С вит	200	6,00	1,00	29,70	112,00	0	2,00					16,00	8		6	0,8	
	Хлеб	60	3,00	2,25	0,28	15,90	72,30	0,05					0,49	8,3		2,65	11,2	
	<b>Итого:</b>		<b>65,50</b>	<b>2,25</b>	<b>47,28</b>	<b>62,30</b>	<b>728,90</b>	<b>0,35</b>	<b>0,04</b>				<b>2,99</b>	<b>46,8</b>	<b>162,15</b>	<b>31,3</b>	<b>0,5</b>	<b>1,3</b>
	<b>ВСЕГО</b>		<b>280,00</b>	<b>2,25</b>	<b>143,17</b>	<b>289,47</b>	<b>3182,23</b>	<b>1,16</b>	<b>26,34</b>	<b>100,35</b>				<b>9,38</b>	<b>607,17</b>	<b>1103,8</b>	<b>374,1</b>	<b>16,37</b>