

"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.
(Продленка)

№	Наименование	Выход, г	цена, руб	Пищевая ценность				Энергет. ценность	Витамины						Минеральные вещества			
				Б	Ж	У	С		А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
19.11.	Суп. карт.овощной б/м	250	7	10,5	29,1		223	0,21	12,00			0,80	41,9			50,3	1,69	
	Бифидтек	53.	35,00	15,90	12,70	16,70	192,9	0,03	0,20	10,00		0,65	18,5		60,5	11,5		
	Гречка отварная	150.	4,70	4,80	19,00	152	0,02		0,01				15		54	9	0,8	
	Компот из свеж яблок +С вит	200	6,00	0,10	29,70	112	0,06						12		8	6	0,8	
	Хлеб	60	3,00	2,40	0,28	15,90	72,3	0,05				0,49	8,3		2,65	11,2	0,5	
	Итого:		55,70	33,70	46,88	81,30	752,20	0,16	2,4	10,02	1,16	58,32	204,9	117,06	204,9	117,06	4,85	
20.11.	Суп. картоф.рисовый б/м	250	7,00	10,50	29,10		223,00	0,21	12			0,8	41,9			50,3	1,69	
	Котлеты из филе кур в соусе	75/125	30,00	8,90	12,00	11,50	190,00	0,04	0,04			0,4	11		65	15		
	Макаронник с маслом	5/150	6,00	3,60	3,20	26,60	219,00	0,06				1,3	1,2		8	34	0,8	
	Чай с сахаром лимоном	7/200	3,00	0,20	0,00	16,00	65,00	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	
	Итого:		49,00	25,60	44,58	70,00	769,30	0,26	1,50	0,13	1,18	170,05	225,67	65,72	225,67	65,72	2,62	
21.11.	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	
	Плов из филе куриного	50/200	30,00	14,78	16,05	40,87	375,35	0,05		46,00		0,50	10		165	39	0,7	
	Компот из свеж яблок +С вит	200	6,00	0,10	29,70	112	0,06						12		8	6	0,5	
	Хлеб	60	3	2,4	0,28	15,9	72,3	0,05				0,45	8,3		2,65	11,2	0,5	
		Итого:		56,64	19,36	21,33	105,47	689,65	0,16	8,20	30,20	2,65	30,3	175,65	56,2	175,65	56,2	1,7
22.11.	Борщ картоф.капус, смет, б/м	10/250	8,12	3,60	5,10	20,30	142,00	0,02	12,00			0,80	60		48,76	25	0,1	
	Жаркое по- домашнему(гов)	50/200	51,00	14,78	16,05	40,87	375,33	0,05		45,00		0,50	10		165	39	0,7	
	Икра из свежкы	50	5,67	1,40	10,04	7,29	125,00	0,05										
	Хлеб	60	3,00	2,40	0,28	15,90	72,3	0,05	9,20			0,91	31,66		41,53	18,67	0,83	
	Чай с сахаром лимоном	7/200	3,00	0,20	0,00	16,00	65	9	2,20				16		8	6	0,5	
	Итого:		70,79	0,20	0,00	0,00	707,43	0,11	14,2	60	1,40	226	310	42	310	42	2,03	
23.11.	Щи карт.капус,смет б/м	10/250	6,97	13,80	16,10	30,60	170,00	0,05	20,5			0,80	65			25	0,8	
	Тертели в соусе	60/110	23,00	8,90	12,00	11,50	190,00	0,04	0,04			0,40	11		65	15		
	Рагу овощное	150	8,90	3,12	5,10	26,40	158,01	0,15	5,60	4,00		0,30	40		84	30	1	
	Компот из свеж яблок +С вит	200	6,00	0,10	0,00	29,70	112,00	0	2,20			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	0,5	
	Итого:		47,87	2,25	33,48	114,10	702,31	0,21	0,04		2,99	67,3	157,65	57	157,65	57	1,3	
	ВСЕГО		280,00	2,25	146,27	370,87	3620,89	1,16	26,34	100,35	9,38	607,17	1103,8	374,1	1103,8	374,1	16,37	