школа №2

"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 11.02.2019г. - 15.02.2019г.

	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность			Энергет.ценность	Витамины				Минеральные вещества			
				Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
11.02.															
	Гуляш из филе куриного	75/125	43,35	8,75	6,20	2,85	102	0,09	6,30	267,80	0,50	15	119,5	8,5	2,5
	Макаронник с маслом	5/150	6,00	3,60	3,20	26,60	219	0,02		0,01		15	54	9	0,8
	Чай с сахаром лимоном	7/200	3,12	0,20		16,00	65	0	2,20			16	8	6	0,8
	Хлеб	30	2,00	2,40	0,28	15,90	72,3	0,05			0,49	8,3	2,65	11,2	0,5
	Итого:		**54,47**	**14,95**	**9,68**	**61,35**	**458,30**	0,16	2,4	10,02	1,16	58,32	204,9	117,06	4,85
12.02.															
	Каша молочная "Дружба"	5/150	10,20	6,04	7,68	33,43	227,00	0,13	1,3	0,03	0,04	131,25	157,52	37,02	0,77
	Бутерброд с маслом	20/50	11,08	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03		0,1	22	76,8	4,8	1	
	Кофейный напиток с молоком	200.	6,95	3,58	2,68	28,34	151,80	0,02	0,4			34	50		
	Хлеб	30	2,00	2,40	0,28	15,90	72,30	0,05			0,49	8,3	2,65	11,2	0,5
	Итого:		**30,23**	**17,10**	**15,24**	**77,95**	**514,10**	0,26	1,50	0,13	1,18	170,05	225,67	65,72	2,62
13.02.															
	Кнели (филе куриное) в соусе	80/50	34,00	8,90	12,00	11,50	190	0,04	0,04		0,40	11	65	15	
	Картофель в молоке	150	9,30	3,12	5,00	39,30	214,5	0,15	5,60	4,00	0,20	40	84	30	1
	Икра кабачковая	100	10,00	1,05	3,40	7,50	62	0,02	2,00			10,35	18,5	8,3	0,27
	Компот из свеж фрук +с вит	200	6,00	0,10	10,00	26,40	158,01	0,06			0,80	10	32	6	0,6
	Хлеб	30	2	2,4	0,28	15,9	72,3	0,05			**0,45**	8,3	2,65	11,2	0,5
	Итого:		**61,30**	**15,57**	**30,68**	**100,60**	**696,81**	0,32	8,20	30,20	2,65	79,65	202,15	70,5	2,37
14.02.	Котлеты из говядины в соусе	75/125	31,00	8,90	12,00	11,50	190,00	0,04	0,04		0,40	11	65	15	
	Рис с овощами	150.	8,50	2,30	4,77	39,30	214,50	0,15	5,60	4,00	0,20	40	84	30	1
	Сок	200	10,00	1,00	0,00	21,40	94,00	0,04	4,00		0,40	40	24	18	0,8
	Хлеб	30	2,00	2,40	0,28	15,90	72,3	0,05			0,49	8,3	2,63	11,2	0,5
			51,50	**2,40**	**0,00**	**0,00**	**570,80**	0,11	14,2	60	1,40	226	310	42	2,3
15.02.	Тефтели в соусе	60/50	23,00	16,80	12,20	203,00	0,03	0,7		0,50	15,00	54	9	0,6	
	Капуста тушеная	150	11,50	31,30											
	Компот из свеж фрук+с вит	200	6,00	0,10		21,40	94,00	0,04	4,00		0,40	40	24	18	0,8
	Хлеб	30	2,00	2,40	0,28	15,90	72,30	0,05			0,49	8,3	2,65	11,2	0,5
	Итого:		**42,50**		**12,48**	**240,30**	**166,33**						35,65		
	ВСЕГО		**240,00**	**50,02**	**68,08**	**480,20**	**2406,34**	1,16	26,34	100,35	9,38	607,17	,1103,8	374,1	16,37

"Согласовано"
Начальник ТО Управления
Роспотребнадзора по Самарской
области в городе Чапаевск
_____ Л.А. Чапала

"УТВЕРЖДАЮ"
Директор ООО "Орфей"
_____ Т.А. Грошева

Меню

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ШКОЛ Безенчук на период с 11.02.2019г. - 15.02.2019г
(Продленка)

	Наименование	Выход, г	цена,руб	Пищевая ценность Б	Ж	У	Энергет.ценность	Витамины B1	C	A	E	Минеральные вещества Ca	P	Mg	Fe
11.02.	Суп карт,пшенный б/м	250	7	10,5	29,1		223	0,21	12,00		0,80	41,9		50,3	1,69
	Катлеты из филе кур в соусе	75/125	30,00	8,90	12,00	11,50	190	0,04	0,04		0,40	11	65	15	
	Гречка отварная	150	4,70	0,67	10,80	49,80	321	0,6			1,30	1,3	8	34	0,6
	Чай с сахаром	200	1,40	0,10		15,00	60	0,06				12	8	6	0,8
	Хлеб	60	4,00	2,40	0,28	15,90	72,3	0,05			0,49	8,3	2,65	11,2	0,5
	Итого:		**47,10**	**22,57**	**52,18**	**92,20**	**866,30**	0,75	2,4	10,02	1,16	58,32	204,9	117,06	4,85
12.02.	Суп картоф,вермиш б/м	250	7,00	13,80	16,10	30,60	170,00	0,05	20,5		0,8	65		25	0,8
	Запеканка из творога со сгущ	30/150	42,00	2,25	11,55	42,00	328,00	0,13	1,3	0,03	0,04	131	137	37	0,77
	Компот из свеж фрукт +С вит	200	6,00	1,00	0,00	29,70	112,00	0	2,2			16	8	15	
	Хлеб	60	4,00	2,40	0,28	15,90	72,30	0,05			0,49	8,3	2,65	11,2	0,5
	Итого:		**59,00**	**19,45**	**27,93**	**118,20**	**682,30**	0,26	1,50	0,13	1,18	170,05	225,67	65,72	2,62
	Борщ картоф,капус,смет б/м	10/250	8,12	6,12	5,10	20,30	141,5	0,02	12,00		0,80	60	190	25	0,1
13.02.	Шницель в соусе	75/125	31,00	8,90	12,00	11,50	190	0,04	0,04		0,40	11	65	15	
	Макаронник с маслом	5/150	6,00	3,60	3,20	26,60	219	0,15	5,60	4,00	0,20	40	84	30	
	Икра из кабачков	85	8,90	1,05	3,40	5,80	62,5	0,4	25,00	1,00	40,00	65			1
	Чай с сахаром лимоном	7/200	3,12	0,20		16,00	65	0,06				12	8	6	0,8
	Хлеб	60	4	2,4	0,28	15,9	72,3	0,05			0,49	8,3	2,65	11,2	4,85
	Итого:		**61,14**	**20,74**	**23,98**	**96,10**	**750,30**	0,7	17,64		1,89	131,3	349,65	62,2	6,65
	Рассольник ленин смет б/м	10/250	9,20	5,85	7,56	8,70	201,10	0,1	11,80		0,80	45	193	33	3
14.02.	Плов из филе куриного	50/200	30,56	8,90	12,00	11,50	190,00	0,04	0,04		0,40	11	65	15	
	Сок фруктовый	200	10,00	1,00		21,40	94,00	0,04	4,00		0,40	40	24	18	0,8
	Хлеб	60	4,00	2,40	0,28	15,90	72,30	0,05			0,49	8,3	2,65	11,2	4,85
			53,76	**18,15**	**19,84**	**57,50**	**557,40**	0,14	15,84		2,09	104,3	284,65	77,2	8,65
	Щи картоф.капус.смет б/м	10/250	7,10	6,10	6,00	8,90	176,00	0,02	12		0,08	60	190	25	1
15.02.	Кнели в соусе	80/50	34,00	8,90	12,00	11,50	190,00	0,04	0,04		0,40	11	65	15	
	Рагу овощное	150	7,90	3,12	5,10	26,40	158,01	0,95		0,10		89	226	88	7
	Компот из свеж фрук+с вит	200	6,00	0,10		29,70	112,00					12	8	6	0,8
	Хлеб	60	4,00	2,40	0,28	15,90	72,30	0,05			0,49	8,3	2,65	11,2	4,85
	Итого:		**59,00**	**25,90**	**23,38**	**92,40**	**708,31**						301,65	120,2	5,65
	ВСЕГО		**280,00**	**109,74**	**147,31**	**456,40**	**3564,61**	1,16	12,04	0,1	0,97	180,3	,1103,8	374,1	16,37