ООО"ВЕСНА-ТОРГОВАЯ СЕТЬ"

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
2х недельное с сентября 2023г.

ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ (7-11 лет)
В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ.

сборнику		Масса порции	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			Энергетичес кая ценность	витамины				минеральные вещества			
№ по сборнику рецептур			Жиры	Белки	Углеводы	К/К	B1	С	Α .	Е	Ca	Р	Mg	Fe
1	1 ДЕНЬ	1			11/2 11/2			1		9 - 12				
384/19	Каша молочная Дружба с маслом	205	8,07	7,31	45,78	273,78	0,40	1,90	81,60	0,45	118,95	129,50	26,70	1,30
_	Чай с сахаром	200	0,05	0,20	15,04	57,62	0	0,27	0.,00	0	13,60	27,13	11,73	2,13
1-1-	Фрукт	120	0,05	0.05	1,18	5,64	0	1,20	0	0,02	1,92	1,32	1,08	0,26
	Хлеб рж-пш, пшеничный нарезанный	50	0,55	2,80	24,70	114,95	0,05	0	0 -	0,45	11,50	53	12,5	1,55
	Молоко 3,2%	200	6,40	5,80	9,40	120,00	0,08	2,60	44,0	0	240,00	182,0	28,0	0,20
			15,12	16,16	96,10	571,99	0,53	5,97	125,60	0,92	385,97	392,95	80,01	5,44
	2 ДЕНЬ			A Thirt was	NEW SAN									
618/19	Тефтели из говядины с соусом	110	10,81	8,12	12,11	227,54	0,05	0,4	29	0,5	40,2	204,58	27,25	3,75
694/19	Картофельное пюре	200	6,91	4,30	35,16	211,69	1,54	5,00	44,2	0,20	51,00	102,6	35,6	1,14
42-943/19	Чай с сахаром	200	0,05	0,20	15,04	57,62	0	0,27	0	0	13,60	27,13	11,73	2,13
	Хлеб рж-пш, пшеничный нарезанный	50	0,55	2,80	24,70	114,95	0,05	0	0	0,45	11,50	53	12,5	1,55
	Молоко 3,2%	200	6,40	5,80	9,40	120,00	0,08	2,60	44,0	0	240,00	182,0	28,0	0,20
14 1			24,72	21,22	96,41	731,80	1,72	8,27	117,20	1,15	356,30	569,31	115,08	8,77
Trans.	3 ДЕНЬ													-
	Курица тушеная в соусе	100	3,38	17,21	4,13	114,77	0,10	1,95	25,08	0,20	24,94	184,90	97,70	2,25
	Макароны отварные	200	4,76	7,31	52,69	269,8	0,08	0	0	2,6	16	46	10	1
42-943/19	Чай с сахаром	200	0,05	0,20	15,04	57,62	0	0,27	0	0	13,60	27,13	11,73	2,13
	Хлеб рж-пш, пшеничный нарезанный	50	0,55	2,80	24,70	114,95	0,05	0	0	0,45	11,50	53	12,5	1,55
	Молоко 3,2%	200	6,40	5,80	9,40	120,00	0,08	2,60	44,0	0	240,00	182,0	28,0	0,20
	4 DEUL	147 . 1	15,14	33,32	105,96	677,14	0,31	4,82	69,08	3,25	306,04	493,03	159,93	7,13
1	4 ДЕНЬ				1 1 1 1 1 1 1		· b							
	Шницель рубленый с соусом	100	8,32	7,88	11,30	201,08	0,07	0	10	1,1	18	151	28	1,6
	Каша гречневая рассыпчатая	200	8,53	9,53	58,58	358,84	0,27	0	0	0	20	287,7	191,8	6,86
1014/19	Напиток из шиповника	200	0,27	0,40	17,20	72,80	0,01	100,00	0	0	7,73	2,13	2,67	0,53
	Хлеб рж-пш, пшеничный нарезанный	50	0,55	2,80	24,70	114,95	0,05	0	0	0,45	11,50	53	12,5	1,55
	Молоко 3,2%	200	6,40	5,80	9,40	120,00	0,08	2,60	44,0	0	240,00	182,0	28,0	0,20
	5 ДЕНЬ		24,07	26,41	121,18	867,67	0,48	102,60	54,00	1,55	297,23	675,83	262,97	10,7
224/17		470	40.52	40.66	47.02	250.25	0.00	4.00	40.00	0.07	70.00	250.00	40.00	1,17
	Запеканка творож с морков со сгущ Чай с сахаром	200	10,52	19,60	47,63	359,25	0,09	1,82	12,88	0,87	70,82	259,00	40,00	2,13
	чаи с сахаром Хлеб рж-пш, пшеничный нарезанный	50	0,05	0,20 2,80	15,04 24,70	57,62 114,95		0,27	0	0,45	13,60	27,13 53	11,73	1,55
The state of the s	Выпечка	80	8,00	5,92	48,32	254,40	0,05 0,02	0	0	0,45	5,60	0	0	0,28
	Молоко 3.2%	200	6,40	5,80	9,40	120,00	0,08	2,60	44,0	0	240,00	182.0	28,0	0,2
	1110710110 0,2 /0	200	25,52	34,32	145,09	906,22	0,08	4,69	56,88	1,32	341,52	521,13	92,23	5,33

№ по сборнику		Macca	ПИШ	EBЫE BEL	HECTRA	Энергетичес кая		рит	АМИНЫ		минеральные вещества			
			Жиры	Белки	Углеводы	ценность	B1	С	АМИПЫ	E	Ca	P	Мд	Fe
ецептур	Наименование блюд	порции											1	
		7	0.07	0.70	1		2.10	101		0.40	100.10	404.07	40.00	4.40
	Каша молочная пшенная с маслом	205	8,65	8,72	45,20	282,52	0,16	1,04	59	0,10	138,10	184,37	46,90	1,19
	Чай с сахаром	200	0,05	0,20	15,04	57,62	0	0,27	0	0,45	13,60 11,50	27,13 53	11,73 12,5	2,13
	Хлеб рж-пш, пшеничный нарезанный	50 120	0,55	2,80 0,05	24,70 1,18	114,95 5.64	0,05	1,20	0	0,45	1,92	1,32	1,08	0,2
	Фрукт	120	0,05	0,05	1,10	5,04	0	1,20	0	0,02	1,32	1,32	1,00	0,2
	Молоко 3.2%	200	6,40	5,80	9,40	120,00	0,08	2,60	44,0	0	240,00	182,0	28,0	0,20
			15,70	17,57	95,52	580,73	0,29	5,11	103,00	0,57	405,12	447,82	100,21	5,3
	7 ДЕНЬ				1				To the second					
608/19	Шницель рубленый с соусом	100	8,32	7,88	11,30	201,08	0,07	0	10 *	1,1	18	151	28	1,6
	Макароны отварные	200	4,76	7,31	52,69	269,8	0,08	0 ,	0	2,6	16	46	10	1,0
	Компот из кураги	200	0,05	0,78	27,63	114,80	0,02	0,60	0	0,82	32,32	21,90	17,56	0,4
the state of the s	Хлеб рж-пш, пшеничный нарезанный	50	0,55	2,80	24,70	114,95	0,05	0	0	0,45	11,50	53	12,5	1,5
	Manager 2 20/	200	C 40	F 00	0.40	420.00	0.00	2.00	44.0	0	240.00	1920	20.0	0,2
	Молоко 3,2%	200	6,40 20,08	5,80 24,57	9,40	120,00 820,63	0,08	2,60 3,20	44,0 54,00	4,97	240,00 317,82	182,0 453,90	28,0 96,06	4,8
	8 ДЕНЬ		20,08	24,57	125,72	820,63	0,30	3,20	54,00	4,97	317,02	455,50	30,00	4,0
-									1					
	Плов из кур	250	14,74	21,78	57,34	434,86	0,18	8,17	35	0,68	41,13	236,71	67,43	2,3
	Чай с сахаром	200	0,05	0,20	15,04	57,62	0	0,27	0	0,45	13,60	27,13 53	11,73	2,1 1,5
	Хлеб рж-пш, пшеничный нарезанный	50	0,55	2,80	24,70	114,95	0,05	0	U	0,45	11,50	53	12,5	1,5
	Молоко 3,2%	200	6,40	5,80	9,40	120,00	0,08	2,60	44,0	0	240,00	182,0	28,0	0,2
			21,74	30,58	106,48	727,43	0,31	11,04	79,00	1,13	306,23	498,84	119,66	6,2
	9 ДЕНЬ													
42/19	Сыр порционный	20	5,90	4,64	0	71,66	0,01	0,14	52,0	0,10	176,00	100,00	7,00	0,2
THE RESERVE OF THE PERSON NAMED IN	Котлета рыбная из минтая с соусом	100	6,30	7,19	11,91	131,84	0,04	0,17	12,7	1,49	29,93	88,67	20,71	0,7
694/19	Картофельное пюре	200	6,91	4,30	35,16	- 211,69	1,54	5,00	44,2	0,20	51,00	102,6	35,6	1,1
42-943/19	Чай с сахаром	200	0,05	0,20	15,04	57,62	0	0,27	0	0	13,60	27,13	11,73	2,1
	Хлеб рж-пш, пшеничный нарезанный	50	0,55	2,80	24,70	114,95	0,05	0	0	0,45	11,50	53	12,5	1,5
	Молоко 3,2%	200	6,40	5,80	9,40	120,00	0,08	2,60	44,0	0	240,00	182,0	28,0	0,2
	1110/10/10/0 5,2/6	200	26,11	24,93	96,21	707,76	1,72	8,18	152,90	2,24	522,03	553,40	115,54	6,0
Company	10 ДЕНЬ	Was and			Y-A		1 1 1 2	111111111111111111111111111111111111111						
38-443/10	Омлет натуральный с маслом	150	27,63	11,02	2,62	313,00	0,10	0,25	145,5	0,79	100,85	219,75	15,60	2,5
	Шницель рубленый из кур	50	6,8	7,6	6,75	118,6	0,04	0,1	10	0,19	22	48	13	1,
942-943/19	Чай с сахаром	200	0,05	0,20	15,04	57,62	0	0,27	0	0	13,60	27,13	11,73	2,1
	Хлеб рж-пш, пшеничный нарезанный	50	0,55	2,80	24,70	114,95	0,05	0	0	0,45	11,50	53	12,5	1,5
	Кондитерское изделие	50	5,65	4,25	34,85	207,25	0.00		00.7	0.00	20,50	43,5	7,5	0,5
	0.00/	200	0.40	5.00	0.40	400.00	0.00	3,22	1		240.00	402.0	20.0	0.0
	Молоко 3,2%	200	6,40	5,80	9,40	120,00	0,00	EICENDO	50000 DO	0	240,00	182,0	28,0 88,33	0,2 8,0
			47,08	31,67	93,36	931,42	1321	3,22	18.5	2,08	408,45	573,38	00,33	0,0
-	Итоговая энергетическая и пищевая ценносп	ть за 10 дней	235,28	260,75	1082,03	7522,79	6,22	CIPA	1043,66	19,18	3646.71	5179,59	1230,02	67,8
	The state of the s				1		医主	THE STATE OF THE S	A	7.0	-			-

Директор ООО "Весна-торговая сеть"