

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/Каменских Е.Е./

Меню на 09.10.2020 года

МАОУ "КОНДРАТОВСКАЯ ШКОЛА" 7-10 ЛЕТ

| № рец.                       | Наименование блюда               | Выход | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |        | Минеральные вещества, мг |        |        |        |      |
|------------------------------|----------------------------------|-------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|--------|--------------------------|--------|--------|--------|------|
|                              |                                  |       | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С      | А, мкг                   | Са     | Р      | Mg     | Fe   |
| ОБЕД                         |                                  |       |                     |       |        |                   |              |      |        |                          |        |        |        |      |
| 32/2013                      | САЛАТ ЛЕТНИЙ                     | 80    | 1,95                | 5,88  | 5,47   | 82,60             | 0,05         | 0,07 | 12,92  | 20,0                     | 20,60  | 42,54  | 14,29  | 0,75 |
| 128/2013                     | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ     | 250   | 2,07                | 6,67  | 12,83  | 119,60            | 0,06         | 0,07 | 20,01  | 15,0                     | 42,15  | 55,82  | 25,05  | 1,12 |
| 345/2013                     | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ | 80/50 | 14,29               | 5,07  | 11,52  | 148,83            | 0,12         | 0,17 | 0,89   | 41,1                     | 85,45  | 227,17 | 47,18  | 0,93 |
| 414/2013                     | РИС ОТВАРНОЙ                     | 150   | 3,81                | 6,11  | 40,01  | 230,29            | 0,04         | 0,03 |        | 27,0                     | 5,94   | 83,03  | 27,00  | 0,55 |
| 519/2013                     | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА             | 200   | 0,68                | 0,28  | 24,63  | 103,76            | 0,01         | 0,06 | 200,00 |                          | 12,45  | 3,40   | 3,40   | 0,65 |
| 108/2013                     | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                   | 45    | 3,42                | 0,36  | 22,14  | 105,48            | 0,05         | 0,01 |        |                          | 9,00   | 29,25  | 6,30   | 0,50 |
| 109/2013                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      | 30    | 2,34                | 0,42  | 11,19  | 57,90             | 0,03         | 0,01 |        |                          | 6,90   | 31,80  | 7,50   | 0,93 |
| Итого по подменю: 72,60 руб. |                                  |       | 28,56               | 24,79 | 127,79 | 848,46            | 0,36         | 0,42 | 233,82 | 103,1                    | 182,49 | 473,01 | 130,72 | 5,43 |
| Итого за день:               |                                  |       | 28,56               | 24,79 | 127,79 | 848,46            | 0,36         | 0,42 | 233,82 | 103,1                    | 182,49 | 473,01 | 130,72 | 5,43 |

Директор

/Банникова Т.Н./

Зав. производством

/Портнова Н.А./