

ИП Банникова Т.Н.

Меню на 10.11.2020 года

МАОУ "КОНДРАТОВСКАЯ ШКОЛА" 7-10 ЛЕТ



"Утверждаю"

/Каменских Е.Е./

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ОБЕД														
106/2013	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ( ОГУРЕЦ)	80	0,56	0,08	1,52	9,04	0,02	0,02	5,60		13,60	24,00	11,20	0,40
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
349/2013	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	80/30	11,03	8,64	12,99	173,79	0,10	0,13	1,66	27,9	65,19	173,98	36,04	0,83
429/2013	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,18	6,68	21,66	159,45	0,16	0,13	25,49	31,7	46,75	96,50	32,46	1,21
507/2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	18,89	77,64	0,01	0,01	4,00		6,85	4,40	3,60	0,93
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	24	1,87	0,34	8,95	46,32	0,03	0,01			5,52	25,44	6,00	0,74
Итого по подменю: 72,60 руб.			22,29	22,93	98,98	691,32	0,43	0,38	56,76	74,6	189,06	409,39	120,65	5,73
Итого за день:			22,29	22,93	98,98	691,32	0,43	0,38	56,76	74,6	189,06	409,39	120,65	5,73

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Портнова Н.А./