

ИП Банникова Т.Н.



Меню на 17.11.2020 года

МАОУ "КОНДРАТОВСКАЯ ШКОЛА" 7-10 ЛЕТ

| N 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 |
| 143/2013 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ | 250 | 2,44 | 5,76 | 12,27 | 110,66 | 0,09 | 0,08 | 29,15 | 33,5 | 39,24 | 63,48 | 25,00 | 0,91 |
| 369/2013 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 220 | 23,36 | 24,02 | 20,63 | 392,15 | 0,23 | 0,30 | 26,10 | 28,0 | 29,63 | 301,64 | 58,07 | 4,47 |
| 503/2013 | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО ИЛИ ЯГОДНОГО | 200 | 0,02 | 0,02 | 15,67 | 62,98 | | | 0,36 | | 1,74 | 0,72 | 0,48 | 0,10 |
| 108/2013 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,20 | 0,06 | 0,02 | | | 10,00 | 32,50 | 7,00 | 0,55 |
| 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. | | | 32,05 | 30,62 | 83,64 | 738,35 | 0,43 | 0,43 | 61,21 | 61,5 | 99,73 | 447,78 | 107,75 | 7,17 |
| Итого за день: | | | 32,05 | 30,62 | 83,64 | 738,35 | 0,43 | 0,43 | 61,21 | 61,5 | 99,73 | 447,78 | 107,75 | 7,17 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Портнова Н.А./