

ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

/Каменских Е.Е./

Меню на 26.11.2020 года

МАОУ "КОНДРАТОВСКАЯ ШКОЛА" 7-10 ЛЕТ

| № 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 76/2013 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 80 | 1,00 | 8,13 | 5,87 | 101,41 | 0,04 | 0,03 | 7,52 | | 17,60 | 32,65 | 14,77 | 0,62 |
| 143/2013 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ | 250 | 2,64 | 5,69 | 11,36 | 107,24 | 0,07 | 0,07 | 26,40 | 33,5 | 40,19 | 54,38 | 21,85 | 0,82 |
| 391/2013 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ | 80 | 11,94 | 11,55 | 5,92 | 175,37 | 0,06 | 0,11 | | 9,6 | 8,90 | 126,92 | 16,48 | 1,85 |
| 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 |
| 512/2013 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 200 | 1,92 | 0,11 | 33,84 | 144,06 | 0,04 | 0,07 | 1,48 | | 59,65 | 54,02 | 38,85 | 1,23 |
| 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. | | | 26,60 | 32,29 | 128,09 | 910,17 | 0,33 | 0,33 | 35,40 | 70,1 | 146,80 | 405,69 | 131,25 | 6,31 |
| Итого за день: | | | 26,60 | 32,29 | 128,09 | 910,17 | 0,33 | 0,33 | 35,40 | 70,1 | 146,80 | 405,69 | 131,25 | 6,31 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Портнова Н.А./