

ИП Банникова Т.Н.

"Утверждаю"

/КАМЕНСКИХ Е.Е./


Меню на 18.06.2021 года

МАОУ "КОНДРАТОВСКАЯ ШКОЛА"-ЛАГЕРЬ

№ 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
ЗАВТРАК														
301/2013	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13,40	21,58	3,47	261,64	0,09	0,51	0,75	288,4	122,77	232,62	19,15	2,39
105/2013	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННО	10	0,05	8,25	0,08	74,77		0,01		40,0	2,40	3,00		0,02
494/2013	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	15,18	61,04			2,80		3,25	1,54	0,84	0,09
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
Итого по подменю: 0,00 руб.			16,93	30,20	40,87	502,93	0,14	0,53	3,55	328,4	137,42	266,41	26,29	3,00

ОБЕД

106/2013	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	80	0,56	0,08	1,52	9,04	0,02	0,02	5,60		13,60	24,00	11,20	0,40
154/2013	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПой	250	2,06	6,22	10,26	105,24	0,34	0,05	20,02	7,5	29,60	54,60	22,60	0,75
372/2013	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ	100/50	10,65	12,34	11,67	200,35	0,08	0,18	28,25	32,0	96,85	158,38	30,34	1,71
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	КОМПЮТ 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	30	2,34	0,42	11,19	57,90	0,03	0,01			6,90	31,80	7,50	0,93
Итого по подменю: 170,24			22,37	26,26	97,33	715,10	0,69	0,41	83,36	71,2	209,55	398,93	114,00	6,43
Итого за день:			39,30	56,46	138,20	1218,03	0,83	0,94	86,91	399,6	346,97	665,34	140,29	9,43

Директор  /Банникова Т.Н./Зав. производством  /Портнова Н.А./