

ИП Банникова Т.Н.



Утверждаю"

/Каменских Е.Е./

Меню на 11.01.2021 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 | | | | | | | | | | | | | | |
| 1/2013 | САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ | 80 | 2,96 | 8,19 | 13,27 | 138,62 | 0,08 | 0,10 | 49,80 | | 72,15 | 79,80 | 47,52 | 1,23 |
| 144/2013 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(1-Й ВАРИАНТ) | 250 | 5,65 | 4,81 | 21,70 | 152,62 | 0,25 | 0,09 | 14,00 | 20,0 | 36,25 | 114,85 | 40,98 | 2,08 |
| 381/2013 | КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ | 80 | 15,61 | 11,55 | 11,85 | 213,85 | 0,06 | 0,11 | | 22,4 | 10,58 | 140,90 | 17,26 | 2,04 |
| 291/2013 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,64 | 6,19 | 36,01 | 222,32 | 0,09 | 0,03 | | 26,8 | 11,30 | 46,38 | 8,16 | 0,83 |
| 512/2013 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА | 200 | 0,74 | 0,16 | 36,03 | 148,49 | 0,05 | 0,03 | | | 26,05 | 41,28 | 13,44 | 1,01 |
| 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: 75,50 руб. | | | 35,89 | 31,60 | 149,95 | 1027,70 | 0,61 | 0,38 | 63,80 | 69,2 | 170,85 | 477,90 | 139,66 | 8,43 |
| Итого за день: | | | 35,89 | 31,60 | 149,95 | 1027,70 | 0,61 | 0,38 | 63,80 | 69,2 | 170,85 | 477,90 | 139,66 | 8,43 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Портнова Н.А./