

ИП Банникова Т.Н.



Меню на 27.01.2021 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 | Ca | Р | Mg | Fe |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | | | |
| 7/2013 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | 80 | 0,92 | 8,06 | 7,25 | 105,27 | 0,04 | 0,05 | 3,52 | | 19,08 | 38,88 | 26,75 | 0,50 |
| 150/2013 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | 250 | 6,95 | 6,00 | 19,89 | 161,38 | 0,19 | 0,13 | 24,19 | 26,4 | 22,55 | 121,05 | 37,53 | 1,30 |
| 411/2013 | КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ | 80 | 14,26 | 16,59 | 6,03 | 230,43 | 0,07 | 0,12 | 1,51 | 42,9 | 11,92 | 132,70 | 18,03 | 1,06 |
| 195/2013 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 150 | 2,47 | 6,36 | 15,79 | 130,25 | 0,12 | 0,08 | 30,30 | | 31,80 | 71,34 | 32,16 | 1,09 |
| 511/2013 | КОМПОТ ИЗ СМОРОДИНЫ ЧЕРНОЙ | 200 | 0,30 | 0,12 | 17,16 | 70,92 | 0,01 | 0,01 | 60,00 | | 11,25 | 9,90 | 9,30 | 0,44 |
| 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. | | | 30,19 | 37,83 | 97,21 | 850,05 | 0,51 | 0,41 | 119,52 | 69,4 | 111,12 | 428,56 | 136,07 | 5,63 |
| Итого за день: | | | 30,19 | 37,83 | 97,21 | 850,05 | 0,51 | 0,41 | 119,52 | 69,4 | 111,12 | 428,56 | 136,07 | 5,63 |

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Портнова Н.А./