

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ (льготное питание)

	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Калорий- ность, ккал	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1-ая неделя										
1 день										
№ 170 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/К	250	1,81	4,91	125,25	102,5	44,38	53,23	26,25	1,19
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:	300	5,910	5,350	147,010	208,500	55,080	103,830	36,750	2,040
2 день										
№ 128 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,376	6,209	29,369	191	62,141	129,781	43,971	1,641
№ 234 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	6,45	4,24	7,49	116	44,02	137,06	12	
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:	350	14,926	10,889	58,619	413	116,861	317,441	66,471	2,491
3 день										
№ 260 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ГУЛЯШ	100	14,55	16,79	2,89	221	21,81		22,03	3,06
№ 202 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	200	260,95	7,28	7,71	40,61	16,19	10,86	1,09	
	Итого:	300	275,500	24,070	10,600	261,610	38,000	10,860	23,120	3,060

4 день										
№284 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	250	12,6	13	9,2	204	27,951	109,806	41,551	1,7
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:	300	16,700	13,440	30,960	514,000	38,651	160,406	52,051	2,550
5 день										
№ 102 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА М/К	250	5,49	5,28	16,33	135	38,08	87,18	35,3	2,03
№ 376 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:	300	9,590	5,720	38,090	241,000	48,780	137,780	45,800	2,880
6 день										
№ 290 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100	11,65	10,756	11,632	164	85,185	163,198	15,716	1,8
№ 304 Сбор.рец. На продажу для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РИС ОТВАРНОЙ	200	3,65	5,37	36,68	209,7	2,4	84,15	19	0,53

2-ая неделя

1 день

№88 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА М/К	300	1,2	0,21	9,06	134	90,21	41,07	17,64	1,17
прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:	350	5,300	0,650	30,820	240,000	100,910	91,670	28,140	2,020

2 день

№ 229 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ С ОВОЩАМИ	75/75	150	13,87	7,85	6,53	52,11	59,77	238,46	0,96
прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,376	6,209	29,369	191	62,141	129,781	43,971	1,641
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:	400	158,476	20,519	58,979	303,53	124,951	240,151	292,931	3,451

3 день

№284 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	250	12,6	13	9,2	204	27,951	109,806	41,551	1,7
№32 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,43	6,09	8,36	94	35,15	40,97	20,9	1,33
	Итого:		14,030	19,090	17,560	502,000	63,101	150,776	62,451	3,030

4 день										
№ 170 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/К	250	1,81	4,91	125,25	102,5	44,38	53,23	26,25	1,19
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:	300	5,910	5,350	147,010	208,500	55,080	103,830	36,750	2,040
5 день										
№ 338 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	250	15,38	22,08	37,32	391	72,08	252,39	33	0,14
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,8	0,24	14,76	71	6	29,5	4,2	0,33
№ 376 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ	20	1,3	0,2	7	35	4,7	21,1	6,3	0,52
	Итого:	300	19,480	22,520	59,080	497,000	82,780	302,990	43,500	0,990
6 день										
№ 234 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	6,45	4,24	7,49	116	44,02	137,06	12	
№ 128 Сбор.рец. На прод-ию для обуч. Во всех образ.учреж-Дели 2015	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,376	6,209	29,369	191	62,141	129,781	43,971	1,641
	Итого:	300	10,826	10,449	36,859	307,000	106,161	266,841	55,971	1,641

