

		Завтрак													
45/2011	Салат из белокочанной капусты	100	3,13	1,33	3,17	6,33	60,33	0,02	0,00	17,00	8,33	25,00	28,33	15,00	0,40
392/2011	Пельмени мясные отварные с маслом	200/5	38,45	23,08	14,63	41,72	390,70	0,20	0,05	0,40	1,71	34,68	181,51	46,32	1,67
376/2011	Чай с сахаром	200/15	1,18	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
			46,07	27,76	18,26	84,71	576,03	0,26	0,05	12,38	3,48	185,54	357,86	59,92	3,05
	Пятница 29 .01														
	Завтрак														
338/2011	Плоды свежие (Яблоки)	116	10,22	0,45	0,45	11,36	54,52	0,03	0,00	11,60	0,23	18,56	12,76	1,23	2,55
311/04.	Каша молочная кукурузная с маслом	200/5.	12,12	4,31	14,11	28,46	256,73	0,03	0,13	1,60	2,30	133,50	201,80	33,05	0,04
379/2011	Кофейный напиток с молоком с печеньем "К кофе"	200/26	12,01	4,99	6,32	33,89	212,40	0,04	20,00	1,30	0,00	125,8	90,00	14,00	0,13
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
			37,66	13,03	21,32	67,47	568,65	0,15	0,51	14,50	2,29	392,62	449,78	55,48	3,42
	Суббота 30 .01														
	Завтрак														
338/2011	Плоды свежие (Яблоко)	102	8,99	0,40	0,40	9,99	47,94	0,03	0,00	10,20	0,20	16,32	11,22	1,08	2,24
ТТК-130	Салат "Метелка"	100	3,82	1,00	4,00	8,00	70,00	0,03	0,27	7,20	0,00	27,90	29,96	18,50	1,30
ТТК-652	Фрикадельки "Особые" с соусом томатным	50/50	16,05	8,10	16,50	9,10	217,00	0,05	3,21	1,70	0,80	21,60	26,80	31,00	1,48
312/2011	Пюре картофельное	180	10,63	3,72	5,76	24,60	164,70	0,17	0,00	21,84	0,18	44,40	103,9	33,36	1,20
376/2011	Чай с сахаром	200/15	1,18	0,07	0,02	15,00	60,00	0,00	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Хлеб "Дарницкий"	1/20	1,16	1,00	0,20	9,00	44,00	0,01	0,00	0,00	0,11	2,76	12,72	3,00	0,37
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
			43,98	16,57	23,02	70,45	616,64	0,33	0,48	20,97	1,62	236,08	319,92	77,24	5,20

* старшие классы - с 11 лет и старше

	Цена, руб.	Пищевая ценность, г			Энерг. ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
Итого за неделю	220,00	129,64	137,98	574,45	4069,41	2,12	1,36	104,97	17,99	1440,25	2165,14	449,98	25,48
Среднее в день	44,00	21,61	23,00	95,74	678,24	0,35	0,23	17,49	3,00	240,04	360,86	75,00	4,25

нормы физиологических потребностей для детей (завтрак)

с 11 лет и старше

Белки (г)	18-22,5
Жиры (г)	18,4-23
Углеводы (г)	76,6-95,75
Энергетич. ценность, ккал	542,6-678,25
Витамин В ₁ (мг)	0,28-0,35
Витамин А (мг)	0,18-0,23
Витамин С (мг)	14-17,5
Витамин Е (мг)	2,4-3
Кальций (мг)	240-300
Фосфор (мг)	360-450
Магний (мг)	60-75
Железо (мг)	3,4-4,25

Генеральный директор "ООО Школьное питание"

 В.П. Гусева


Зам. директора

 Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

 А.Р. Хамидуллина

Зам. начальника производственного отдела

-  - Ю.В. Будилова