

Примерное недельное меню бесплатных горячих завтраков для обучающихся начальных классов (1 классы) Заинского района с 13.09.2021г. по 17.09.2021 г.

Стоимость питания Младшие
53,41руб./день;

№ рец	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, гр	Цена, руб.	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность Младшие	Витамины (мг)				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
Пн, 13 сентября 21			52,46	25,43	25,3	103,01	741,42	0,33	173,2	17,99	2,08	218,24	454,85	115,37	6,28
Завтрак			52,46	25,43	25,3	103,01	741,42	0,33	173,2	17,99	2,08	218,24	454,85	115,37	6,28
	Десерт фруктовый Яблоко-	112	7,66	0,45	0,45	10,08	46,14	0,03	0,06	11,2	0,22	18,7	12,32	8,96	2,24
	Морковь тертая с сахаром	75	3,53	1,11	0,09	13,38	58,71	0,05	170,75	4,27	0,34	23,05	46,96	32,44	0,6
ТТК-84н	Котлеты "Крестьянские" с овощами(огур.консер.)	75/15	24,75	12,85	17,08	10,12	245,66	0,07	0,19	1,22	0,35	25,64	226,97	40,59	1,96
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,63	5,34	4,79	38,4	218,05	0,09	0,00	0,00	1,07	19,72	45,37	8,88	0,7
395/10	Кофейный напиток с молоком	200	8,74	3,4	2,62	16,12	101,67	0,04	2,2	1,3	0,1	123,33	98,33	14	0,3
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Вт, 14 сентября 21			46,72	29,99	22,69	87,17	672,89	0,33	54,44	77,33	0,98	100,42	338,25	157,8	4,41
Завтрак			46,72	29,99	22,69	87,17	672,89	0,33	54,44	77,33	0,98	100,42	338,25	157,8	4,41
20/10	Салат из свежей капусты	75	3,85	1,45	3,83	7,87	71,74	0,03	18,97	44,84	0,11	38,86	28,25	15,44	0,52
Приказ № 306 от ттк№253н	Рагу из мякоти птицы	50/150	32,30	23,4	10,42	15,27	248,45	0,24	35,37	32,37	0,87	40,29	277,02	127,72	2,94
	Чай "Витаминный" полусл. с блинчиком с яблочным повидлом	200/63	8,42	2,86	8,17	49,12	281,51	0,01	0,1	0,12	0,00	13,47	8,08	4,14	0,47
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Ср, 15 сентября 21			74,58	28,64	14,66	86,29	591,66	0,5	30,78	70,4	0,95	109,29	457,28	207,03	9,55
Завтрак			74,58	28,64	14,66	86,29	591,66	0,5	30,78	70,4	0,95	109,29	457,28	207,03	9,55
	Десерт фруктовый Апельсин	100	13,96	0,9	0,00	8,4	37,2	0,04	0,00	60	0,22	34	23	13	0,3
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	75	4,09	1,05	3,9	9,91	78,94	0,02	0,59	8,66	0,11	27,52	30,11	15,93	1,34
ттк №247н	Гречка с говядиной "Батыр"	50/150	53,61	24,21	10,44	48,01	382,83	0,39	30,14	1,64	0,62	35,02	371,02	163,2	6,61
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0,77	0,2	0,05	5,06	21,5	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Чт, 16 сентября 21			35,08	11,39	20,08	54,34	443,63	0,28	42,15	72,75	0,45	115,24	201,08	87,97	3,97
Завтрак			35,08	11,39	20,08	54,34	443,63	0,28	42,15	72,75	0,45	115,24	201,08	87,97	3,97
ТТК № 130	Салат " Метелка "	75	4,18	1,42	7,58	5,36	95,33	0,03	30,35	32,31	0,13	38,76	33,86	18,75	0,74
	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	16,03	4,46	7,6	5,61	108,68	0,02	8,85	2,63	0,11	12,63	10	10,62	0,47
520/04	Пюре картофельное	150	9,48	2,96	4,57	13,18	105,7	0,18	2,88	34,51	0,19	47,9	122,31	42,74	1,41
686/04	Чай с лимоном	200/7	3,24	0,27	0,06	15,28	62,73	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
Пт, 17 сентября 21			58,18	19,7	39,46	38,78	589,03	0,23	15,05	22,08	1,12	237,1	390,36	62,96	7,48
Завтрак			58,18	19,7	39,46	38,78	589,03	0,23	15,05	22,08	1,12	237,1	390,36	62,96	7,48
	Десерт фруктовый Яблоко-	135	9,23	0,54	0,54	12,15	55,62	0,04	0,07	13,5	0,27	22,55	14,85	10,8	2,7
1/04	Бутерброд с маслом	30/10	8,38	2,38	7,52	15,05	137,4	0,05	4,5	0,00	0,00	10,2	27,9	10,55	0,5
13/10	Салат из св.огурцов	75	5,95	0,58	4,57	1,82	50,71	0,02	0,01	7,27	0,07	16,72	30,52	10,17	0,44
340/2004	Омлет натуральный с маслом	150/10	30,43	14,55	25,53	2,3	297,15	0,1	9,32	0,56	0,73	122,68	263,84	20,04	2,97
ТТК - 437	Чай полусладкий с молоком	200	4,19	1,65	1,3	7,46	48,15	0,02	1,15	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4	0,87
Итого			267,02	115,15	122,19	369,59	3 038,63	1,67	315,62	260,55	5,58	780,29	1 841,82	631,13	31,69

	Масса порции, гр	Цена, руб.	Пищевые вещества (гр)	Пищевые вещества (гр)	Пищевые вещества (гр)	Энерг. ценность (ккал)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Витамины (мг)	Минеральные вещества, мг	Минеральные вещества, мг	Минеральные вещества, мг	Минеральные вещества, мг
	Младшие	Младшие	Белки	Жиры	Углеводы	Младшие	В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
			Младшие	Младшие	Младшие		Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие
ИТОГО ЗА 5 дней		267,02	101,05	103,70	397,80	2873,55	1,60	0,90	78,75	11,90	1443,75	1443,75	328,15	15,75
В среднем в день:		53,40	20,21	20,74	79,56	574,71	0,32	0,18	15,75	2,38	288,75	288,75	65,63	3,15

Генеральный директор

В.П. Гусева

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Экономист по ценам

Н. В. Журавлева

Зам. начальника производственного отдела

Ю.В. Будилова