

**Примерное недельное меню бесплатных горячих завтраков для обучающихся начальных классов (1 классы)
Зайнского района с 27.09.2021г. по 01.10.2021 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		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
Пн, 27 сентября 21			60,33	26,07	25,52	107,13	762,48	0,37	242,47	24,42	2,32	235,44	479,06	132,29	7,46
Завтрак			60,33	26,07	25,52	107,13	762,48	0,37	242,47	24,42	2,32	235,44	479,06	132,29	7,46
	Десерт фруктовый Яблоко-	159	10,87	0,64	0,64	14,31	65,51	0,05	0,08	15,9	0,32	26,55	17,49	12,72	3,18
62/11	Салат из моркови с сахаром	100	4,58	1,56	0,12	13,27	60,4	0,07	240	6	0,48	32,4	66	45,6	0,84
ТТК-84н	Котлеты "Крестьянские" с овощами(огур.консер.)	75/15	28,36	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, 28 сентября 21			46,69	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			46,69	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	3,82	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	Рагу из мякоти птицы	50/150	32,31	23,4	10,42	15,27	248,45	0,24	35,37	32,37	0,87	40,29	277,02	127,72	2,94
ттк№253н	Чай "Витаминный" полусл. с блинчиком с яблочным повидлом	200/63	8,41	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, 29 сентября 21			66,1	26,18	14,19	89,57	590,75	0,51	32,79	71,11	0,99	109,72	441,25	212,73	9,51
Завтрак			66,10	26,18	14,19	89,57	590,75	0,51	32,79	71,11	0,99	109,72	441,25	212,73	9,51
	Десерт фруктовый Апельсин	101	14,10	0,91	0,00	8,48	37,57	0,04	0,00	60,6	0,22	34,34	23,23	13,13	0,3
35/2010	Салат из свеклы с яблоком	75	4,05	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"	40/160	45,01	21,74	9,97	51,21	381,55	0,4	32,15	1,75	0,66	35,11	354,76	168,77	6,57
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0,79	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, 30 сентября 21			35,01	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			35,01	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	4,11	1,42	7,58	5,36	95,33	0,03	30,35	32,31	0,13	38,76	33,86	18,75	0,74
ТТК-730	Фрикадельки рыбные "Капелька" с соусом томатным	50/50	16,01	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	3,26	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, 01 октября 21			58,92	23,6	46,14	53,43	723,36	0,21	16,04	9,13	0,91	272,16	425,36	63,26	4,45
Завтрак			58,92	23,6	46,14	53,43	723,36	0,21	16,04	9,13	0,91	272,16	425,36	63,26	4,45
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	8,26	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 №198н	Какао с молоком полусладкий с печ."Со вкусом топленого молока"	200/36	11,85	6,09	8,52	34,26	238,1	0,04	2,21	1,3	0,11	122,56	103,1	22,5	0,54
Итого			267,05	117,23	128,62	391,64	3 193,11	1,7	387,89	254,74	5,65	832,98	1 885	654,05	29,8

	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	Мg	Fe
			Младшие	Младшие	Младшие		Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие
ИТОГО ЗА 5 дней		267,05	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:		53,41	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