

Примерное недельное меню бесплатных горячих завтраков для обучающихся начальных классов (1 классы) Заинского района С 11.05.2021г. ПО 14.05.2021 г.

Стоимость питания Младшие  
53,41руб./день;

№ рец	Наименование блюда	Масса порции гр	Цена, руб.	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность Младш ие	Витамины (мг)				Минеральные вещества, мг			
				Белки	Жиры	Углево-ды		В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Вт, 11 мая 21</b>			41	17,17	19,41	72,23	532,25	0,26	0,01	19,01	1,53	93,89	187,31	50,9	4,32
<b>Завтрак</b>			41,00	17,17	19,41	72,23	532,25	0,26	0,01	19,01	1,53	93,89	187,31	50,9	4,32
45/04	Салат из кваш капусты (б/лука)	68	6,29	0,69	3,75	5,3	57,71	0,02	0,00	17,36	0,09	44,33	29,51	14,75	1,14
ттк№-202н	Котлеты "Крестьянские" с овощами (морк. припуц.)	75/15	26,36	8,66	10,6	8,56	164,26	0,1	0,01	1,55	0,37	16,99	79,28	12,37	1,16
516/04	Макаронные изделия отварные	150	5,47	5,34	4,79	38,4	218,05	0,09	0,00	0,00	1,07	19,72	45,37	8,88	0,7
ТТК-475	Чай полусладкий	200	0,73	0,2	0,00	5,06	21,04	0,00	0,00	0,1	0,00	5,05	8,25	4,4	0,84
	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
<b>Ср, 12 мая 21</b>			56,07	29,41	16,77	103,75	683,61	0,27	5,07	21,62	1,02	220,22	410,42	148,56	8,12
<b>Завтрак</b>			56,07	29,41	16,77	103,75	683,61	0,27	5,07	21,62	1,02	220,22	410,42	148,56	8,12
	Десерт фруктовый Яблоко-	170	16,18	0,68	0,68	15,3	70,04	0,05	0,09	17	0,34	28,39	18,7	13,6	3,4
ТТК-53к	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	25,11	21,09	7,64	3,79	168,29	0,08	2,56	1,29	0,66	18,82	173,95	86,68	1,61
510/04	Каша рисовая вязкая	150	5,16	2,31	4	20,42	126,93	0,03	2,36	0,00	0,00	10,1	32,86	6,86	0,6
86/04;ТТК-235	Чай с лимоном с блинчиком с яблочным повидлом	200/7/63	7,47	3,05	4,18	49,33	247,16	0,06	0,06	3,33	0,02	155,11	160,01	30,92	2,03
	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
<b>Чт, 13 мая 21</b>															
<b>Пт, 14 мая 21</b>			63,14	25,22	19,44	109,59	714,25	0,49	0,02	148,94	0,75	445,87	451,47	157,35	5,73
<b>Завтрак</b>			63,14	25,22	19,44	109,59	714,25	0,49	0,02	148,94	0,75	445,87	451,47	157,35	5,73
	Десерт фруктовый Апельсин	142	12,71	1,27	0,00	11,84	52,45	0,06	0,00	84,6	0,31	47,94	32,43	18,33	0,42
45/04	Салат из кваш капусты (б/лука)	68	6,29	0,69	3,75	5,3	57,71	0,02	0,00	17,36	0,09	44,33	29,51	14,75	1,14
ТТК-89н	Биточки рыбные "Морячка" с овощами (морк.припуц.)	75/15	21,66	13,86	7,39	7,86	153,39	0,02	0,00	3,1	0,14	41,88	0,00	22,9	1
520/04	Пюре картофельное	150	14,93	5,01	5,14	43,42	239,97	0,33	0,00	43,79	0,21	290,45	356,55	86,73	2,22
ттк№253н	Чай "Витаминный"полусл.с печеньем "Со вкусом топленого молока"	200/18	5,40	2,11	2,89	26,26	139,54	0,01	0,02	0,09	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
<b>Итого</b>			160,21	71,8	55,62	285,57	1 930,11	1,02	5,1	189,57	3,3	759,98	1 049,2	356,81	18,17

	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	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
			Младшие	Младшие	Младшие		Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие
ИТОГО ЗА 3 дней		160,21	60,6	62,2	238,7	17,24,1	1,0	0,5	47,3	7,1	866,3	866,3	196,9	9,5
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

А. Р. Хамидуллина

Зам. начальника производственного отдела

Ю.В. Будилова