

Примерное недельное меню бесплатных горячих завтраков для обучающихся начальных классов (2-4 кл)
Зайнского района с 11.05.2021г. по 15.05.2021 г.

Стоимость питания Младшие
53,41руб./день;

№ рец	Прием пищи, Наименование блюда	Масса порции, гр	Цена, руб.	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества, мг					
				Младшие	Белки	Жиры		Углево-ды	Младш	В1	А	С	Е	Са	Р	Mg	Fe
					Младш	Младш		Младш									
Вт, 11 мая 21			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		
Завтрак			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 "Рябиноушка"	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, 12 мая 21			53,02	29,28	16,64	100,87	670,43	0,26	5,05	18,42	0,96	214,88	406,9	146	7,48		
Завтрак			53,02	29,28	16,64	100,87	670,43	0,26	5,05	18,42	0,96	214,88	406,9	146	7,48		
	Десерт фруктовый Яблоко-	138	13,13	0,55	0,55	12,42	56,86	0,04	0,07	13,8	0,28	23,05	15,18	11,04	2,76		
ТТК-53к	Мякоть птицы тушенная 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		
36/04;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 "Рябиноушка"	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, 13 мая 21																	
Пт, 14 мая 21			50,43	23,95	19,44	97,75	661,8	0,43	0,02	64,34	0,44	397,93	419,04	139,02	5,31		
Завтрак			50,43	23,95	19,44	97,75	661,8	0,43	0,02	64,34	0,44	397,93	419,04	139,02	5,31		
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 "Рябиноушка"	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		
Сб, 15 мая 21			69,12	21,54	24,57	37,06	455,53	0,38	1,44	87,96	1,48	664,77	760,28	130,45	5,59		
Завтрак			69,12	21,54	24,57	37,06	455,53	0,38	1,44	87,96	1,48	664,77	760,28	130,45	5,59		
	Десерт фруктовый Апельсин	117	10,57	1,05	0,00	9,83	43,52	0,05	0,00	70,2	0,26	39,78	26,91	15,21	0,35		
	Помидоры свежие	60	12,94	0,67	0,00	1,77	9,79	0,04	0,00	15,3	0,24	8,57	15,91	12,24	0,55		
340/2004	Омлет натуральный с маслом	150/5	39,56	15,89	23,05	3,09	283,34	0,22	0,34	1,71	0,93	543,67	639,31	81,1	3,34		
ТТК - 437	Чай полусладкий с молоком	200	3,99	1,65	1,25	7,46	47,69	0,02	1,1	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4	0,87		
	Хлеб "Рябиноушка"	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		
Итого			213,57	91,94	80,06	307,91	2 320,01	1,33	6,52	189,73	4,41	1 371,47	1 773,53	466,37	22,7		

	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 4 дней		213,57	80,84	82,96	318,24	2298,84	1,28	0,72	63,00	9,52	1155,00	1155,00	262,52	12,60
В среднем в день:		53,39	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