

Согласовано:

Директор МБОУ "Долгоостровская СОШ"
Бурчаклы Д.М.



Меню на 11.03.2021 года

5-й день по двенадцатидневному меню

| Наименование блюда | Цена | номер по СП | выход (гр) | Пищевая ценность | | | | Витамины и минеральные вещества | | | | | | | |
|-------------------------------|--------------|-------------|------------|------------------|--------------|--------------|---------------|---------------------------------|--------------|--------------|-------------|---------------|---------------|---------------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углевод ы | Калл | А | В | С | Е | Са | Mg | Р | Fe |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Сыр порциями | 9-20 | 97* | 20 | 4,60 | 5,80 | 0,00 | 72,00 | 0,09 | 0,07 | 0,32 | 0,10 | 200,00 | 10,00 | 108,00 | 0,22 |
| Каша молоч. пшениная с маслом | 11-49 | 302* | 220,5 | 6,38 | 10,12 | 34,98 | 256,52 | 0,09 | 0,27 | 1,44 | 0,14 | 201,68 | 61,44 | 181,01 | 1,61 |
| Кофейный напиток с молоком | 6-78 | 692* | 200 | 2,5 | 3,6 | 28,7 | 152 | 0,02 | 1 | 0,1 | 0 | 61 | 45 | 7 | 1 |
| Хлеб пшеничный | 2-50 | | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,30 | 119,00 | 0,00 | 0,06 | 0,00 | 0,55 | 10,00 | 7,00 | 32,50 | 0,55 |
| итого: | 29-97 | | | 17,28 | 19,92 | 87,98 | 599,52 | 0,20 | 1,40 | 1,86 | 0,79 | 472,68 | 123,44 | 328,51 | 3,38 |
| обед для 1-4 классов | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы отварной | 3-00 | 88* | 60 | 0,76 | 9,04 | 4,59 | 103,00 | 0,01 | 0,01 | 5,10 | 4,02 | 18,87 | 11,22 | 21,93 | 0,71 |
| Суп картоф.с макарон. издел. | 5-20 | 140* | 200 | 2,26 | 4,3 | 16,68 | 117 | 0,06 | 0,08 | 13,2 | 0,23 | 18,63 | 19,61 | 52,91 | 0,85 |
| Жаркое по-домашнему | 44-19 | 436* | 150 | 13,35 | 7,35 | 16,20 | 156,25 | 0,15 | 15,21 | 1,50 | 0,60 | 29,84 | 58,50 | 59,67 | 4,37 |
| Компот из чернослива | 8-92 | 638* | 200 | 0,57 | 0 | 34,41 | 136 | 0,01 | 0,08 | 0,75 | 0,45 | 20,4 | 25,5 | 20,75 | 0,81 |
| Хлеб ржаной | 3-00 | | 60 | 2,82 | 0,60 | 0,60 | 126,00 | 0,00 | 0,04 | 0,00 | 0,78 | 14,40 | 11,40 | 52,20 | 2,24 |
| итого: | 64-31 | | | 19,76 | 21,29 | 72,48 | 638,25 | 0,23 | 15,42 | 20,55 | 6,08 | 102,14 | 126,23 | 207,46 | 8,98 |
| обед для 5-11 классов | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы | 0-66 | 88* | 100 | 1,27 | 15,06 | 7,65 | 171,00 | 0,01 | 0,05 | 8,50 | 6,70 | 31,45 | 18,70 | 36,55 | 1,19 |
| Суп картоф.с макарон. издел. | 1-63 | 140* | 250 | 2,84 | 5,37 | 20,84 | 146 | 0,07 | 0,12 | 16,5 | 0,29 | 23,28 | 24,51 | 66,14 | 1,05 |
| Жаркое по-домашнему | 52-74 | 436* | 200 | 17,85 | 9,80 | 21,68 | 250,00 | 0,20 | 20,23 | 20,00 | 0,80 | 40,00 | 78,00 | 79,36 | 5,81 |
| Компот из чернослива | 8-92 | 638* | 200 | 0,57 | 0 | 34,41 | 136 | 0,01 | 0,08 | 0,75 | 0,45 | 20,4 | 25,5 | 20,75 | 0,81 |
| Хлеб ржаной | 3-00 | | 60 | 2,82 | 0,60 | 0,60 | 126,00 | 0,00 | 0,08 | 0,00 | 0,78 | 14,40 | 11,40 | 52,20 | 2,24 |
| итого: | 66-95 | | | 25,35 | 30,83 | 85,18 | 829,00 | 0,29 | 20,56 | 45,75 | 9,02 | 129,53 | 158,11 | 255,00 | 11,10 |

Повар Азмуханова И.Н.

Ответственный по питанию: Вахитова Л.Р.

Миницкая 96 92