

Согласовано:
 Директор МБОУ "Добролюбовская СОШ"
 Выходина Д.М.

Меню на 17.03.2022 года

10-й день по двенадцатидневному меню

Наименование блюда	Цена	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Белки	Жиры	Углевод ы	Калл	А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
завтрак															
Сыр пармезан	6-80	97*	15	3,45	4,35	0,00	54,00	0,06	0,01	0,24	0,08	150,00	7,50	81,00	0,16
Каша молоч. овсяная с маслом	11-35	311*	220/5	6,38	10,12	34,98	256,52	0,09	0,27	1,44	0,14	201,68	61,44	181,01	1,32
Чай с фруктовым соком	4-27	79**	200	0,34	0,02	24,53	95	0	0	1,04	0,05	6,13	3,98	7,21	0,58
Хлеб пшеничный	8-32		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
<i>итого:</i>	<i>28-74</i>	<i>452</i>		<i>13,97</i>	<i>14,89</i>	<i>83,81</i>	<i>524,52</i>	<i>0,15</i>	<i>0,34</i>	<i>2,72</i>	<i>0,82</i>	<i>367,81</i>	<i>79,92</i>	<i>301,72</i>	<i>2,61</i>
обед для 1-4 классов															
Салат из белокочанной капусты	4-62	43*	60	0,93	3,05	5,65	53	0,01	0,01	9,54	1,38	25,87	9,86	17,99	0,33
Суп картофельный рыбный	3-06	133*	200/12,5	4,57	2,8	15,3	107	0,04	0,1	18,39	0,29	21,41	27,91	85,17	1,01
Котлеты Особые	23-26	452*	90(50/40)	13,88	17,78	4,5	199	0,08	0,07	0,52	2,03	18,53	15,68	128,74	1,03
Каша гречневая рассычатая	14-11	508*	150	8,76	6,62	43,08	271	0,05	0,08	0	0,55	14,49	138,62	207,51	4,65
Компот из яблок	4-63	638*	200	0,36	0	33,16	128	0	0,05	0	0,1	16,4	8,4	25,8	0,66
Хлеб ржаной	3		60	2,82	0,6	0,6	126	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24
<i>итого:</i>	<i>20-59</i>	<i>1333</i>		<i>31,32</i>	<i>30,85</i>	<i>102,29</i>	<i>884,00</i>	<i>0,18</i>	<i>0,35</i>	<i>28,45</i>	<i>5,13</i>	<i>111,10</i>	<i>211,87</i>	<i>517,41</i>	<i>9,92</i>
обед для 5-11 классов															
Салат из белокочанной капусты	0-89	43*	100	1,55	5,08	9,42	88	0,02	0,07	15,9	2,3	43,12	16,44	29,99	0,55
Суп картофельный рыбный	4-40	133*	250/12,5	5,16	3,39	20,07	134	0,04	0,15	24,1	0,36	27,26	35,39	103,81	1,31
Котлеты Особые	21-47	452*	90 (50/40)	13,88	17,78	4,5	199	0,08	0,07	0,52	2,03	18,53	15,68	128,74	1,03
Каша гречневая рассычатая	17-07	508*	180	10,51	7,94	51,7	325	0,06	0,1	0	0,67	17,39	166,34	249,01	5,58
Компот из яблок	4-89	638*	200	0,36	0	33,16	128	0	0,05	0	0,1	16,4	8,4	25,8	0,66
Хлеб ржаной	3-00		60	2,82	0,6	0,6	126	0	0,08	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24
<i>итого:</i>	<i>51-52</i>			<i>34,28</i>	<i>34,79</i>	<i>119,45</i>	<i>1000,00</i>	<i>0,20</i>	<i>0,52</i>	<i>40,52</i>	<i>6,24</i>	<i>137,10</i>	<i>253,65</i>	<i>589,55</i>	<i>11,37</i>

Повар: И.И. Алмуханова И.И.
 Ответственный по питанию: Л.Р. Вахитова Л.Р.

Министр
9673