Согласовано:
Директор МБОУ "Долгоостровская СОШ"
Бурчаклы Д.М. _____

Меню на 25.04.2022 года

7-й день по двенадцатидневному меню

Наименование блюда	Цена	номер по СР	выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Белки	Жиры	Углеводы	Калл	A	B	C	E	Ca	Mg	P	Fe
завтрак															
Сыр порциями	9-08		20	2,30	3,90	0,00	36,00	0,04	0,00	0,16	0,05	100,00	5,00	54,00	0,11
Каша молоч. пшеничная с маслом	12-60	302*	180/5	5,40	7,38	29,88	207,54	0,08	0,17	1,18	0,77	168,08	12,92	150,04	2,09
Чай с молоком	5-12	297**	200	1,60	1,65	17,36	86,00	0,02	0,02	0,75	0,00	65,25	11,40	53,24	0,90
Хлеб пшеничный	2-50		40	3,04	0,34	19,44	96,00	0,00	0,04	0,00	0,44	8,00	5,60	26,00	0,44
апельсин итого:	50-72	80-02		**12,34**	**13,27**	**66,68**	**425,54**	**0,14**	**0,23**	**2,09**	**1,26**	**341,33**	**34,92**	**283,28**	**3,54**
обед для 1-4 классов															
Салат из свежих огурцов	10-63	16*	60	0,47	0,61	0,86	63,00	0,03	0,12	5,50	2,70	13,04	7,64	23,90	0,34
Суп картофельный с горохом	6-66	139*	200	4,71	3,73	15,96	118	0,05	0,19	9,2	0,21	30,72	27,9	70,66	1,67
Птица тушенная в смет.соусе	16-45	493*	90(45/45)	10,85	8,82	2,03	131	0,07	0,06	0,47	2,21	16,68	14,11	115,83	0,93
Макаронные изделия отварные	5-09	516*	150	5,32	4,89	35,52	211	0,05	0,09	0	0,76	10,3	8,16	45,28	0,82
Чай с фруктовым соком	5-38	79**	200	0,34	0,02	24,53	95	0	0	1,04	0,05	6,13	3,98	7,21	0,58
Хлеб ржаной	3-00		60	2,82	0,6	0,6	126	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	52,2	2,24
апельсин итого:	50-49	97-70		**24,51**	**18,67**	**79,50**	**744,00**	**0,20**	**0,50**	**16,21**	**6,71**	**91,27**	**73,19**	**315,08**	**6,58**
обед для 5-11 классов															
Огурцы соленые	6-65		100	0,80	0,10	1,60	13,36	0,03	0,03	5,01	0,10	23,05	14,03	24,05	0,60
Суп картофельный с горохом	3-81	139*	250	5,89	4,65	19,98	147	0,06	0,25	11,5	0,26	38,4	34,87	88,32	2,08
Птица тушенная в смет.соусе	13-75	493*	100 (60/40)	13,88	17,78	4,5	199	0,08	0,07	0,52	2,45	18,53	15,68	128,74	1,03
Макаронные изделия отварные	6-09	516*	180	6,38	5,87	42,62	253	0,06	0,13	0	0,92	12,37	9,8	54,34	0,99
Чай с фруктовым соком	5-38	79**	200	0,34	0,02	24,53	95	0	0,08	1,04	0,05	6,13	3,98	7,21	0,58
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
итого:	38-68			**30,11**	**29,02**	**93,83**	**833,36**	**0,23**	**0,64**	**18,07**	**4,56**	**112,88**	**89,76**	**354,86**	**7,52**

Повар _____ Азмуханова И.Н.
Ответственный по питанию: _____ Вахитова Л.Р.

м/ишуц. 118 70.

REDMI NOTE 8 PRO