

Согласовано:
 Директор МБОУ "Догоостр" _____
 Бурчака Д.М. _____



Меню на 19.10.2022 года

9-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	Р	Fe			
завтрак																		
Масло сливочное порциями	6-33	97*	10	0,05	8,25	0,08	75,00	0,10	0,00	0,00	0,00	1,20	0,04	1,90	0,02			
Каша молоч. рисовая с маслом	16-34	302*	220/5	3,3	8,8	34,76	231,44	0,08	0,09	1,51	0,28	148,12	40,93	179,55	0,62			
Чай с сахаром	2-01	685*	200	0,20	0,05	15,01	57,00	0,00	0,00	0,10	0,00	5,25	4,40	8,24	0,87			
Хлеб пшеничный	2-30		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>25-81</i>			<i>7,35</i>	<i>17,50</i>	<i>74,15</i>	<i>482,44</i>											
обед для 1-4 классов																		
Салат из кваш. капусты с рас. маслом	1-76	45*	60	0,96	3,04	5	52	0	0,01	15,18	1,26	25,25	8,62	18,55	0,35			
Щи из св. капусты с картофелем со см.	5-52	124*	200/5	1,46	4,75	6,22	79	0,08	0,04	14,64	0,14	38,49	17,29	41,11	0,68			
Биточки рыбные с соусом	14-40	388*	90(50/40)	9,04	8,22	10,71	155	0,01	0,05	1,01	2,91	31,55	17,43	77,05	0,69			
Пюре картофельное	8-77	520*	150	3,22	5,56	22	155	0,09	0,16	25,94	0,13	40,45	32,67	55,63	1,17			
Компот из чернославя	9-02	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	0,6	0,6	126	0	0,04	0	0,78	14,4	11,4	32,2	2,24			
<i>итого:</i>	<i>25-81</i>			<i>18,07</i>	<i>22,17</i>	<i>78,94</i>	<i>703,00</i>	<i>0,19</i>	<i>0,38</i>	<i>57,52</i>	<i>5,67</i>	<i>170,54</i>	<i>112,91</i>	<i>265,29</i>	<i>5,94</i>			
обед для 5-11 классов																		
Салат из кваш. капусты с рас. маслом	0-94	45*	100	1,6	5,07	8,33	87	0	0,07	25,3	2,1	42,08	14,36	30,91	0,58			
Щи из св. капусты с картофелем со см.	4-15	124*	250/5	1,8	5,57	7,77	93	0,05	0,05	18,29	0,17	49,45	21,52	50,65	0,83			
Биточки рыбные с соусом	10-11	388*	100(60/40)	10,96	11,54	13,12	201	0	0,07	1,31	2,56	29,3	9,15	63,82	0,61			
Пюре картофельное	5-53	520*	180	3,87	6,68	26,41	197	0,1	0,35	31,13	0,16	48,55	39,21	114,76	1,42			
Чай с сахаром	2-01	685*	200	0,20	0,05	15,01	57,00	0,00	0,00	0,10	0,00	5,25	4,40	8,24	0,87			
Хлеб ржаной	3-00		60	2,82	0,6	0,6	126	0	0,08	0	0,78	14,4	11,4	32,2	2,24			
<i>итого:</i>	<i>41-84</i>			<i>21,25</i>	<i>29,51</i>	<i>71,24</i>	<i>761,00</i>	<i>0,15</i>	<i>0,62</i>	<i>76,13</i>	<i>5,77</i>	<i>189,03</i>	<i>100,04</i>	<i>320,58</i>	<i>6,55</i>			

Повар *AS* Азмуханова И.Н.
 Ответственный по питанию: *Вард* Вахитова Л.Р.

ш.ш.ш. 04.86