

Согласовано:
 Директор МБОУ "Яншихово-Норвашская СОШ"
 Р.Н.Илларионова
 Дата: 27 апреля 2024г.

Утверждаю:
 Директор ООО "Янтиковский общепит"
 Т.В.Обаскина
 Дата: 27 апреля 2024г.

Меню

День: суббота
 Неделя:
 Сезон:
 Возрастная группа: 12 лет и старше

Завтрак

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	I (мкг)	Se (мкг)	F
555	Каша жидкая молочная из манной крупы М_181	200.00	13.93	5.92	10.71	30.22	237.58	0.07	0.15	1.24	0.06	0.54	0.19	121.27	112.56	18.46	0.41	247.35	8.57	10.53	0.02
736	Чай с лимоном М_377	200.00	2.99	0.16	0.03	15.20	59.16	0.00	0.00	2.80	0.00	0.01	0.00	2.80	1.54	0.84	0.04	11.41	0.01	0.03	0.00
569	Хлеб пшеничный	20.00	1.73	1.52	0.16	9.72	47.60	0.02	0.01	0.00	0.00	0.02	0.00	4.00	13.00	2.80	0.22	0.00	0.64	1.20	0.00
607	Булочка творожная	130.00	20.41	15.09	10.72	67.78	428.86	0.18	0.25	0.42	0.08	1.51	0.42	103.38	201.33	26.64	1.63	198.04	6.39	21.06	0.03

Обед

№ рец	Наименование блюда	Вес порции, г	Цена, р	Пищевые в-ва, г			Энерг. ценность, ккал.	Витамины, мг						Минеральные в-ва, мг							
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	B2	C	A	E	D (мкг)	Ca	P	Mg	Fe	K (мкг)	Se (мкг)	F	
731	Салат из квашеной капусты М_47	100.00	18.82	1.60	4.99	7.68	83.39	0.02	0.02	25.30	0.00	2.30	0.00	41.98	30.91	14.36	0.57	14.60	0.30	0.05	0.00
458	Суп крестьянский с крупой и мясом М_98	250.00 (112.5/237.5)	10.11	5.13	8.10	9.84	109.16	0.06	0.04	18.00	0.23	2.39	0.00	24.30	45.54	18.15	0.73	220.05	2.95	3.08	0.01
737	Шницель рубленый с соусом 50/50 М_268	100.00	33.65	8.28	7.18	10.79	136.61	0.05	0.09	1.52	0.02	1.53	0.03	30.06	93.11	15.29	1.35	154.47	5.19	0.98	0.03
706	Пюре картофельное 200гр_312	200.00	15.12	4.24	10.94	26.34	220.37	0.19	0.15	6.92	0.23	0.29	0.19	50.38	110.31	37.00	1.32	772.35	11.25	1.40	0.01
713	Чай с молоком_378	200.00	4.17	1.57	1.39	17.49	82.85	0.01	0.05	0.45	0.01	0.00	0.03	48.60	35.55	7.00	0.05	73.00	4.50	1.00	0.01
571	Хлеб ржано-пшеничный	40.00	2.83	2.92	0.52	14.20	75.60	0.07	0.03	0.00	0.00	0.56	0.00	14.80	71.20	22.00	1.08	0.00	1.76	2.20	0.00

Ст.повар _____