



**МЕНЮ**  
по бесплатному горячему питанию обучающихся  
"03 " сентября 2021г.



День/нед для № реп.	Наименование блюд	Выход порции, г.	Пищевые вещества (г.)			Энергетическ ая ценность, ккал.	Витамины (мг)							Цена, руб.	
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг		Fe
<b>НЕДЕЛЯ-1</b>															
<b>ПЯТНИЦА-1</b>															
<b>ЗАВТРАК</b>															
212М	Омлет с колбасой и картофелем	150	13,83	20,91	7,97	275,41	0,15	7,65	227,66	2,62	86,72	230,06	25,22	2,70	41,72
	Чай с сахаром	180	0,05	0,01	837,00	33,52	0,02	0,00	0,00	0,00	14,07	6,05	5,06	0,60	2,88
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	4,68
	<b>ИТОГО за завтрак</b>		<b>17,04</b>	<b>21,32</b>	<b>864,29</b>	<b>402,93</b>	<b>0,23</b>	<b>7,65</b>	<b>227,66</b>	<b>3,14</b>	<b>109,99</b>	<b>270,91</b>	<b>43,48</b>	<b>4,10</b>	<b>49,28</b>
<b>ОБЕД</b>															
21К	Винегрет с сельдью	60	3,33	5,65	4,14	81,02	0,03	5,00	4,50	1,64	21,39	55,95	20,04	0,61	9,88
	Рассольник домашний с мясом	200	3,11	4,42	11,94	100,69	0,09	21,14	4,90	148,00	22,06	62,94	23,53	0,94	25,27
	Чай из шиповника	180	0,17	0,07	13,39	58,09	0,00	50,00	40,85	0,19	3,00	0,85	0,85	0,18	9,45
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	4,68
	<b>ИТОГО за обед</b>		<b>9,77</b>	<b>10,54</b>	<b>48,79</b>	<b>333,80</b>	<b>0,18</b>	<b>76,14</b>	<b>50,25</b>	<b>150,35</b>	<b>55,65</b>	<b>154,54</b>	<b>57,62</b>	<b>2,53</b>	<b>49,28</b>
	<b>ВСЕГО за ПЯТНИЦА-1</b>		<b>26,81</b>	<b>31,86</b>	<b>913,08</b>	<b>736,73</b>	<b>0,41</b>	<b>83,79</b>	<b>277,91</b>	<b>153,49</b>	<b>165,64</b>	<b>425,45</b>	<b>101,10</b>	<b>6,63</b>	
Копичество детей на завтрак															
Копичество детей на обед															
ВСЕГО детей															

Ответственный за питание

Шеф повар