



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся из малообеспеченных семей
"12" мая 2022г.

День/неделя	№ рецеп.	Наименование блюда	Выход порции, г.	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность,	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена, руб.
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
НЕДЕЛЯ-2																
ЧЕТВЕРГ-2																
ЗАВТРАК																
	150	Запеканка творожная с морковью и соусом	18,60	13,96	41,41	369,93	0,09	4,19	67,95	2,23	192,98	255,45	42,56	1,19	42,11	
	180	Чай с сахаром	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	5,12	0,88	4,83	
	40	Хлеб пшеничный	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,20	
		ИТОГО за завтрак	21,81	14,37	69,90	501,89	0,15	6,69	67,95	2,76	209,53	299,81	60,88	2,87	49,28	
ОБЕД																
	150	Рагу из овощей	3,00	8,10	16,67	152,81	0,13	34,68	22,00	2,09	49,67	79,73	34,36	1,18	15,52	
	200	Щи из свежей капусты	3,83	8,77	14,71	96,60	0,00	0,00	0,00	0,00	14,01	129,70	16,30	1,80	13,68	
	180	Компот из вишни	0,43	0,07	22,22	91,95	0,01	5,40	0,00	0,11	13,32	10,80	9,36	0,23	20,74	
	40	Хлеб пшеничный	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,00	0,00	0,52	9,20	34,80	13,20	0,80	3,22	
		ИТОГО за обед	10,42	17,34	72,92	435,36	0,20	40,08	22,00	2,72	86,20	255,03	73,22	4,01	49,28	
		ВСЕГО за ЧЕТВЕРГ-2	32,23	31,71	142,82	937,25	0,35	46,77	89,95	5,48	295,73	554,84	134,10	6,88		

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
ВСЕГО детей	

Ответственный за питание

В.В. Рычков

Чипизубова В.А.

Шеф повар