

Согласовано:
Директор школы _____

ООО "ГородКафе"
Примерное меню обучающихся 1-4кл. 2 день

примечание меню обучающихся 1-4 классов

№ рец.	Наименование блюда	Пищевая ценность, г			Энергет. Ценность, Ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					
		Масса порции	Белки	Жиры		Углевод	B1	PP	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак с 1-4кл															
366	Запеканка из творога 150/30гр.	180гр	29,1	20,4	38,0	451,6	0,1	6,5	106,6	1,1	2,3	330	393	45	0,9
	Йогурт фруктовый 1штuka	125гр	5,8	3,7	4,0	72,2	0,0	1,5	14,7	0,9	0,0	182	140	22	0,2
686	Чай с сахаром	200гр	0,2	0,1	15,0	61,4	0,0	0,1	0,5	18,0	0,2	5	8	4	0,9
	Итого:		35,0	24,1	57,1	585,3	0,1	6,6	107,1	20,0	2,3	335	401	49	1,7
Обед с 1 по 4 класс															
25	*Салат "Степной"	60гр.	1,0	6,1	5,2	79,7	0,0	0,6	282,8	14,7	2,8	12	30	14	0,4
*	Помидоры свежие-посезонно	60гр.	0,7	0,1	3,1	15,3	0,0	0,4	0,0	14,7	0,4	8	15	12	0,5
111	Борщ сибирский с курицей и сметаной 200/10/10гр.	220гр	5,4	8,6	10,2	139,7	0,1	3,3	209,8	19,2	1,5	42	79	24	1,3
391	Шницель рыбный натуральный	90гр.	12,9	10,4	2,1	153,2	0,1	0,3	18,5	1,1	4,0	47	206	46	0,9
520/3	Картофельное пюре	150гр	3,0	4,5	24,1	148,9	0,2	2,7	29,7	5,2	0,8	15	86	34	1,3
	Хлеб ржаной	32,5гр.	2,1		10,9	52,0	0,1	2,5	3,3	0,0	2,0	0	0	0	0,7
	Хлеб пшеничный	20гр.	1,5	0,2	9,7	46,2	0,0	0,6	0,0	0,0	0,3	5	17	7	0,4
639	Компот из смеси сухофруктов	200гр	0,4	0,0	31,4	127,5	0,0	0,0	0,6	0,3		1	15	6	1,2
	Итого:		26,3	29,7	93,6	747,2	0,5	10,0	544,5	40,4	11,3	121	433	129	6,2
	Всего:		61,3	53,8	150,7	1332,5	0,6	16,6	651,6	60,4	13,6	456	834	179	7,9

Руководитель
Зав. производством
Калькулятор
Технолог