



Меню горячего питания
1-4 классов



№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества, энергии, витамины и минеральные вещества																	Стоимость руб.	
			Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Se	F	С		
Неделя 2 День 9																					
Завтрак																					
43	Кукуруза консервированная пром.произ-ва	60	1,6	1,1	2,8	27,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,7	2,1	7,0	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,4	20,96
57	Рыба припущенная	95	9,3	8,4	0,8	79,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	36,87
26	Картофель отварной	150	3,0	6,4	19,9	151,3	0,0	0,0	2,0	1,0	13,7	55,8	10,3	0,8	16,0	0,0	0,0	0,0	0,0	15,3	17,76
11	Сок фруктовый (мультифрукт)	200	1,0	0,0	21,2	88,0	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,0	16,00
4	Хлеб пшеничный	35	0,3	0,0	17,0	73,0	0,0	0,3	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	8,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,31
3	Хлеб ржаной	20	1,0	0,7	6,7	35,0	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	6,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,52
	Слойка с начинкой фруктовой	60	0,5	1,2	13,6	92,0	0,5	0,0	4,0	0,0	3,1	10,1	7,1	0,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	24,00
	ИТОГО	620,0	16,7	17,8	82,0	546,1	0,7	0,3	6,0	1,0	47,8	125,9	45,3	2,8	55,0	0,0	0,0	0,0	0,0	27,4	119,42
Обед																					
31	Салат витаминный	60	0,7	2,0	7,0	49,2	0,0	0,0	174,5	0,0	2,1	2,3	2,7	0,2	3,2	0,0	0,0	0,0	0,0	9,6	8,47
19	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	5,0	4,5	17,8	133,6	0,0	0,0	33,6	1,8	49,3	54,0	8,0	0,5	53,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,5	6,05
50	Курица в соусе с томатом	90	7,9	6,8	3,9	108,0	0,1	0,0	0,2	0,0	85,2	54,2	10,0	0,5	88,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,7	30,94
25	Макаронные отварные	150	5,1	9,2	34,2	244,5	0,1	0,0	0,0	0,0	18,1	47,5	10,0	0,5	16,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,62
5	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,3	41,2	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0	0,0	2,05
4	Хлеб пшеничный	45	0,4	0,1	21,9	93,9	0,0	0,2	0,0	0,0	4,6	17,4	6,6	0,2	9,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,97
3	Хлеб ржаной	30	1,5	1,1	10,1	52,5	0,1	0,0	0,0	0,0	5,8	26,5	6,3	0,8	7,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,28
	ИТОГО	775,0	20,6	23,6	105,2	722,9	0,4	0,2	208,3	1,8	176,1	204,7	43,8	3,0	203,5	0,0	0,0	0,5	13,8	61,38	
	ВСЕГО 9 день	1395,0	37,3	41,3	187,3	1269,0	1,1	0,5	214,2	2,8	223,9	330,6	89,1	5,8	258,5	0,0	0,0	0,5	41,2	180,80	