

ООО "Вкус и Качество"  
 Меню на 17.09.2024 года

"Согласовано"  
 Директор школы 

Обеспечение питанием обучающихся 1 Смена

| № рец. | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества, г |   |   | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |    |   |       | Минеральные вещества, мг |   |    |    |
|--------|--------------------|-------|---------------------|---|---|-------------------|--------------|----|---|-------|--------------------------|---|----|----|
|        |                    |       | Б                   | Ж | У |                   | В1           | В2 | С | А,мкг | Са                       | Р | Mg | Fe |

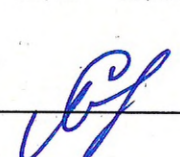
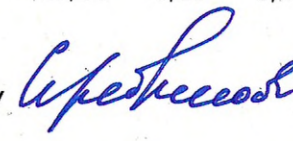

**Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 2,)**

|                          |  |              |       |       |       |        |      |      |       |        |        |        |       |      |  |
|--------------------------|--|--------------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|--------|--------|--------|-------|------|--|
| ПОКРОВ                   | КРУАССАН С ВАРЕНОЙ СГУЩЕННОЙ(ПОКРОВСКИЙ) | 60ГР         | 4,86  | 5,82  | 27,66 | 182,46 |      |      |       |        |        |        |       |      |  |
| 268 СВ 2021              | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ(СБ 2021)               | 150          | 14,44 | 15,50 | 3,58  | 211,98 | 0,09 | 0,53 | 0,78  | 262,00 | 129,58 | 246,58 | 20,55 | 2,58 |  |
| 616 СВ 2013              | ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"              | 200          |       |       | 9,24  | 36,96  | 0,03 | 0,03 | 15,06 |        | 5,88   | 4,95   | 2,64  | 0,49 |  |
| 23 СВ 2022               | ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ.**                | 50           | 3,95  | 0,50  | 23,80 | 118,00 | 0,06 | 0,02 |       |        | 10,00  | 32,50  | 7,00  | 0,55 |  |
| 82 СВ 2021               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я (120)                    | 120          | 0,48  | 0,48  | 11,76 | 53,28  | 0,04 | 0,02 | 12,00 |        | 19,20  | 13,20  | 10,80 | 2,64 |  |
| <b>Итого по подменю:</b> |  | <b>96,26</b> | 23,73 | 22,30 | 76,04 | 602,68 | 0,22 | 0,60 | 27,84 | 262,00 | 164,66 | 297,23 | 40,99 | 6,26 |  |

**Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 2,)**

|                          |  |               |       |       |       |        |      |      |       |        |        |        |       |      |  |
|--------------------------|--|---------------|-------|-------|-------|--------|------|------|-------|--------|--------|--------|-------|------|--|
| ПОКРОВ                   | КРУАССАН С ВАРЕНОЙ СГУЩЕННОЙ(ПОКРОВСКИЙ) | 60ГР          | 4,86  | 5,82  | 27,66 | 182,46 |      |      |       |        |        |        |       |      |  |
| 268 СВ 2021              | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ.(СБ 2021)              | 200           | 19,25 | 20,63 | 4,77  | 282,28 | 0,13 | 0,71 | 1,04  | 349,25 | 172,63 | 328,68 | 27,39 | 3,44 |  |
| 616 СВ 2013              | ЧАЙ ИЗ СУХОЙ СМЕСИ "ВИТОША"              | 200           |       |       | 9,24  | 36,96  | 0,03 | 0,03 | 15,06 |        | 5,88   | 4,95   | 2,64  | 0,49 |  |
| 23 СВ 2022               | ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ.**                | 50            | 3,95  | 0,50  | 23,80 | 118,00 | 0,06 | 0,02 |       |        | 10,00  | 32,50  | 7,00  | 0,55 |  |
| 82 СВ 2021               | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ Я (120)                    | 120           | 0,48  | 0,48  | 11,76 | 53,28  | 0,04 | 0,02 | 12,00 |        | 19,20  | 13,20  | 10,80 | 2,64 |  |
| 24 СВ 2022               | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ,                    | 30            | 2,37  | 0,18  | 13,38 | 66,36  | 0,03 | 0,01 |       |        | 6,90   | 31,80  | 7,50  | 0,93 |  |
| <b>Итого по подменю:</b> |  | <b>107,93</b> | 30,91 | 27,61 | 90,61 | 739,34 | 0,29 | 0,79 | 28,10 | 349,25 | 214,61 | 411,13 | 55,33 | 8,05 |  |

Директор  /Кудинова Т.Л./

Зав. производ.  / /  Калькулятор  / Терещенко

ООО "Вкус и Качество"  
 Меню на 17.09.2024 года

"Согласовано"  
 Директор школы  //

Обеспечение питанием обучающихся 2 Смена

| № рец.  | Наименование блюда                   | Выход        | Пищевые вещества, г |       |        | Калорийн.<br>ккал | Витамины, мг |      |        |       | Минеральные вещества, мг |        |        |      |
|---|--------------------------------------|--------------|---------------------|-------|--------|-------------------|--------------|------|--------|-------|--------------------------|--------|--------|------|
|   |                                      |              | Б                   | Ж     | У      |                   | В1           | В2   | С      | А,мкг | Са                       | Р      | Мg     | Fe   |
| <b>Комплекс горячего питания об-ся 1-4 кл. (День 2, )</b> |                                      |              |                     |       |        |                   |              |      |        |       |                          |        |        |      |
| 148 СВ<br>2021  | ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)              | 60           | 0,66                | 0,12  | 2,28   | 14,40             | 0,04         | 0,02 | 15,00  |       | 8,77                     | 15,68  | 12,02  | 0,54 |
| 104 СВ<br>2021  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ | 250/10       | 12,38               | 11,80 | 9,18   | 192,72            | 0,10         | 0,14 | 26,48  | 10,00 | 51,01                    | 149,98 | 32,93  | 2,22 |
| 372 СВ<br>2018  | КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ.,       | 90/5         | 15,04               | 18,02 | 10,49  | 265,67            | 0,09         | 0,15 | 1,70   | 52,38 | 46,91                    | 146,49 | 19,33  | 1,15 |
| 643 СВ<br>2022  | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СБ 2022)          | 150          | 3,24                | 3,25  | 22,03  | 130,77            | 0,16         | 0,13 | 25,95  | 16,50 | 46,07                    | 96,69  | 32,99  | 1,23 |
| 496 СВ<br>2021  | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА                 | 200          | 0,68                | 0,28  | 19,64  | 96,70             | 0,01         | 0,06 | 200,00 |       | 12,30                    | 3,40   | 3,40   | 0,63 |
| 23 СВ<br>2022   | ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ..             | 60           | 4,74                | 0,60  | 28,56  | 141,60            | 0,07         | 0,02 |        |       | 12,00                    | 39,00  | 8,40   | 0,66 |
| 24 СВ<br>2022   | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ..               | 50           | 3,95                | 0,30  | 22,30  | 110,60            | 0,06         | 0,02 |        |       | 11,50                    | 53,00  | 12,50  | 1,55 |
| <b>Итого по подменю:</b>                                  |                                      | <b>96,26</b> | 40,69               | 34,37 | 114,48 | 952,46            | 0,53         | 0,54 | 269,13 | 78,88 | 188,56                   | 504,24 | 121,57 | 7,98 |

**Комплекс горячего питания об-ся 5-11 кл. (День 2, )**

|                          |                                      |               |       |       |        |         |      |      |        |       |        |        |        |      |
|--------------------------|--------------------------------------|---------------|-------|-------|--------|---------|------|------|--------|-------|--------|--------|--------|------|
| 148 СВ<br>2021           | ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ).               | 100           | 0,70  | 0,10  | 1,90   | 11,30   | 0,03 | 0,02 | 7,00   |       | 17,74  | 30,15  | 14,04  | 0,51 |
| 104 СВ<br>2021           | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ | 250/10        | 12,38 | 11,80 | 9,18   | 192,72  | 0,10 | 0,14 | 26,48  | 10,00 | 51,01  | 149,98 | 32,93  | 2,22 |
| 372 СВ<br>2018           | КОТЛЕТЫ ИЗ ПТИЦЫ ПРИПУЩЕННЫЕ         | 100/5         | 16,71 | 19,64 | 11,62  | 291,56  | 0,10 | 0,17 | 1,89   | 55,98 | 51,75  | 162,54 | 21,46  | 1,27 |
| 643 СВ<br>2022           | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (СБ 2022).         | 180           | 3,89  | 3,90  | 26,44  | 156,96  | 0,20 | 0,15 | 31,15  | 19,80 | 55,29  | 116,05 | 39,60  | 1,47 |
| 496 СВ<br>2021           | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА                 | 200           | 0,68  | 0,28  | 19,64  | 96,70   | 0,01 | 0,06 | 200,00 |       | 12,30  | 3,40   | 3,40   | 0,63 |
| 23 СВ<br>2022            | ХЛЕБ ИЗ МУКИ ПШЕНИЧНОЙ..             | 60            | 4,74  | 0,60  | 28,56  | 141,60  | 0,07 | 0,02 |        |       | 12,00  | 39,00  | 8,40   | 0,66 |
| 24 СВ<br>2022            | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ..               | 50            | 3,95  | 0,30  | 22,30  | 110,60  | 0,06 | 0,02 |        |       | 11,50  | 53,00  | 12,50  | 1,55 |
| <b>Итого по подменю:</b> |                                      | <b>107,93</b> | 43,05 | 36,62 | 119,64 | 1001,44 | 0,57 | 0,58 | 266,52 | 85,78 | 211,59 | 554,12 | 132,33 | 8,31 |