



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию детей из малообеспеченных семей
 " 30 " марта 2022г.

День/неделя № рец.	Наименование блока	Выход порции, г.	Цена, руб.	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг.)					Минеральные вещества (мг.)											
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe									
ЗАВТРАК																								
Стоймость питания составляет 45,00 рублей																								
297	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,68	8,78	7,80	42,60	202,00	0,23	0,00	0,00	0,00	0,00	22,68	159,20	106,60	3,57								
	Курица отварная	60	27,05	14,80	9,74	0,51	106,16	0,11	3,44	68,80	0,42	26,60	201,17	24,41	1,68									
	Хлеб пшеничный	30	3,30	2,28	0,24	14,76	71,70	0,07	0,00	0,01	0,60	8,40	37,30	9,30	0,60									
685	Чай с сахаром	200	2,90	0,05	0,01	9,30	37,24	0,02	0,00	0,00	0,00	14,07	6,05	5,06	0,60									
ИТОГО за завтрак				25,91	17,79	67,17	587,50	0,43	3,44	68,81	1,02	71,75	403,72	145,37	6,45									
ОБЕД																								
Стоймость питания составляет 45,00 рублей																								
40	Икра кабачковая	40	5,52	0,90	7,10	9,90	85,00	0,02	9,84	0,00	4,04	54,67	14,12	8,06	0,55									
139	Суп с бобовыми	250	21,30	10,30	4,70	28,50	246,00	0,21	0,00	0,00	2,10	52,60	134,60	39,66	2,20									
705	Отвар из пшловника	200	8,06	0,60	0,00	21,20	88,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54									
	Кондитерское изделие	25	7,50	3,10	2,50	24,30	156,00	0,06	0,11	8,64	0,52	32,11	51,71	8,37	0,54									
	Хлеб пшеничный	30	3,30	2,28	0,24	14,76	71,70	0,07	0,00	0,01	0,60	8,40	37,30	9,30	0,60									
ИТОГО за обед				45,68	17,18	14,54	98,66	0,38	61,95	8,69	7,60	159,58	249,41	70,11	4,43									
ВСЕГО за День 3				43,09	32,33	165,83	1234,20	0,81	65,39	77,50	8,62	231,33	653,13	215,48	10,88									

Ответственный за питание
 Шеф повар

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
ВСЕГО детей	