



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающихся, получающих начальное общее образование в муниципальных образовательных организациях
" 31 " марта 2022г.

День/неделя № рец.	Наименование блюд	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		
Стоимость питания составляет 87,33 рублей																	
510	Каша пшенная молочная	200	18,39	5,70	7,00	20,00	144,00	0,10	0,00	0,06	2,90	116,00	202,00	96,40	2,90		
638	Компот из сухофруктов	200	7,95	0,60	0,00	14,20	88,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54		
	Хлеб пшеничный	30	3,30	2,28	0,24	9,76	71,70	0,07	0,00	0,01	0,06	8,40	37,30	9,30	0,60		
	Сыр порционный	35	29,34	6,14	6,90	0,74	90,00	0,02	0,24	69,00	0,02	300,00	192,00	13,50	0,30		
	Сок в индивидуальной упаковке	200	28,35	1,04	0,00	15,00	81,00	0,08	18,00	0,00	1,44	68,40	57,60	43,28	8,18		
	ИТОГО за завтрак			15,76	14,14	59,70	474,70	0,29	70,24	69,11	4,76	504,60	500,58	167,20	12,52		
Стоимость питания составляет 87,33 рублей																	
	ЗАВТРАК																
Стоимость питания составляет 87,33 рублей																	
	ОБЕД																
	Овощи консервированные	30	7,96	0,62	0,04	1,30	48,00	0,02	2,00	0,00	0,04	4,00	12,40	4,20	0,14		
132	Рассольник домашний	200	23,24	1,68	6,10	16,60	140,00	0,11	0,00	0,00	0,00	47,48	118,90	29,63	1,45		
	Макаронные изделия отварные	150	7,23	3,20	6,80	21,90	174,00	0,15	0,00	0,00	0,00	46,06	97,33	33,00	1,20		
	Рыба запеченная с морковью	80	43,23	15,30	9,40	31,00	186,60	0,00	0,00	0,00	0,00	24,14	149,90	22,60	0,60		
	Чай с сахаром	200	2,90	0,60	0,00	14,20	88,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54		
	Хлеб пшеничный	30	3,30	2,28	0,24	9,76	71,70	0,07	0,00	0,01	0,06	8,40	37,30	9,30	0,60		
	ИТОГО за обед			23,68	22,58	94,76	708,30	0,37	54,00	0,05	0,44	141,88	427,51	103,45	4,53		
	ВСЕГО за День 4			39,44	36,72	154,46	1183,00	0,66	124,24	69,16	5,20	646,48	928,09	270,65	17,05		

Количество детей на завтрак

Количество детей на обед

ВСЕГО детей

Ответственный за питание

Шеф повар