

МЕНЮ

с 28.11.2023 по 21.12.2023 (вторник - четверг)

обогащении микронутриентами рационов питания обучающихся 1-4кл

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	ККал	Белки	Жиры	Углеводы
28.11.2023 вторник						
доп.питание						
Яблоки	110	15,51	17	0,22		4,62
Мандарины	100	25,99	28	0,80	0,20	7,50
Итого за доп.питание		41,5	45	1,02	0,20	12,12
Итого за 28.11.2023		41,5	45	1,02	0,20	12,12
29.11.2023 среда						
доп.питание						
Сок фруктовый 0,2	1	24,85	92	1,00	2,00	20,20
Яблоки	110	16,65	17	0,22		4,62
Итого за доп.питание		41,5	109	1,22	2,00	24,82
Итого за 29.11.2023		41,5	109	1,22	2,00	24,82
30.11.2023 четверг						
доп.питание						
Яблоки	110	15,51	17	0,22		4,62
Мандарины	100	25,99	28	0,80	0,20	7,50
Итого за доп.питание		41,5	45	1,02	0,20	12,12
Итого за 30.11.2023		41,5	45	1,02	0,20	12,12
01.12.2023 пятница						
доп.питание						
Сок фруктовый 0,2	1	24,85	92	1,00	2,00	20,20
Яблоки	110	16,65	17	0,22		4,62
Итого за доп.питание		41,5	109	1,22	2,00	24,82
Итого за 01.12.2023		41,5	109	1,22	2,00	24,82
04.12.2023 понедельник						
доп.питание						
Яблоки	110	15,51	17	0,22		4,62
Мандарины	100	25,99	28	0,80	0,20	7,50
Итого за доп.питание		41,5	45	1,02	0,20	12,12
Итого за 04.12.2023		41,5	45	1,02	0,20	12,12
05.12.2023 вторник						
доп.питание						
Сок фруктовый 0,2	1	24,85	92	1,00	2,00	20,20
Яблоки	110	16,65	17	0,22		4,62
Итого за доп.питание		41,5	109	1,22	2,00	24,82
Итого за 05.12.2023		41,5	109	1,22	2,00	24,82
06.12.2023 среда						
доп.питание						
Яблоки	110	15,51	17	0,22		4,62
Мандарины	100	25,99	28	0,80	0,20	7,50
Итого за доп.питание		41,5	45	1,02	0,20	12,12

Итого за 06.12.2023		41,5	45	1,02	0,20	12,12
07.12.2023 четверг						
доп.питание						
Сок фруктовый 0,2	1	24,85	92	1,00	2,00	20,20
Яблоки	110	16,65	17	0,22		4,62
Итого за доп.питание		41,5	109	1,22	2,00	24,82
Итого за 07.12.2023		41,5	109	1,22	2,00	24,82
08.12.2023 пятница						
доп.питание						
Яблоки	110	15,51	17	0,22		4,62
Мандарины	100	25,99	28	0,80	0,20	7,50
Итого за доп.питание		41,5	45	1,02	0,20	12,12
Итого за 08.12.2023		41,5	45	1,02	0,20	12,12
11.12.2023 понедельник						
доп.питание						
Сок фруктовый 0,2	1	24,85	92	1,00	2,00	20,20
Яблоки	110	16,65	17	0,22		4,62
Итого за доп.питание		41,5	109	1,22	2,00	24,82
Итого за 11.12.2023		41,5	109	1,22	2,00	24,82
12.12.2023 вторник						
доп.питание						
Яблоки	110	15,51	17	0,22		4,62
Мандарины	100	25,99	28	0,80	0,20	7,50
Итого за доп.питание		41,5	45	1,02	0,20	12,12
Итого за 12.12.2023		41,5	45	1,02	0,20	12,12
13.12.2023 среда						
доп.питание						
Сок фруктовый 0,2	1	24,85	92	1,00	2,00	20,20
Яблоки	110	16,65	17	0,22		4,62
Итого за доп.питание		41,5	109	1,22	2,00	24,82
Итого за 13.12.2023		41,5	109	1,22	2,00	24,82
14.12.2023 четверг						
доп.питание						
Яблоки	110	15,51	17	0,22		4,62
Мандарины	100	25,99	28	0,80	0,20	7,50
Итого за доп.питание		41,5	45	1,02	0,20	12,12
Итого за 14.12.2023		41,5	45	1,02	0,20	12,12
15.12.2023 пятница						
доп.питание						
Сок фруктовый 0,2	1	24,85	92	1,00	2,00	20,20
Яблоки	110	16,65	17	0,22		4,62
Итого за доп.питание		41,5	109	1,22	2,00	24,82
Итого за 15.12.2023		41,5	109	1,22	2,00	24,82
18.12.2023 понедельник						
доп.питание						
Яблоки	110	15,51	17	0,22		4,62
Мандарины	100	25,99	28	0,80	0,20	7,50
Итого за доп.питание		41,5	45	1,02	0,20	12,12
Итого за 18.12.2023		41,5	45	1,02	0,20	12,12
19.12.2023 вторник						
доп.питание						
Сок фруктовый 0,2	1	24,85	92	1,00	2,00	20,20
Яблоки	110	16,65	17	0,22		4,62
Итого за доп.питание		41,5	109	1,22	2,00	24,82
Итого за 19.12.2023		41,5	109	1,22	2,00	24,82
20.12.2023 среда						
доп.питание						

Яблоки	110	15,51	17	0,22		4,62
Мандарины	100	25,99	28	0,80	0,20	7,50
Итого за доп.питание		41,5	45	1,02	0,20	12,12
Итого за 20.12.2023		41,5	45	1,02	0,20	12,12
21.12.2023 четверг						
доп.питание						
Сок фруктовый 0,2	1	24,85	92	1,00	2,00	20,20
Яблоки	110	16,65	17	0,22		4,62
Итого за доп.питание		41,5	109	1,22	2,00	24,82
Итого за 21.12.2023		41,5	109	1,22	2,00	24,82

Калькулятор _____ //

Повар-бригадир _____ //