

МЕНЮ столовой школы **МОБУ Соч.с. Дарыно** ООО «АРКАИМ»

на «19» 06 2021 г.

День: суббота

Неделя: вторая

Возрастная категория: с 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)									
							Ca	Mg	P	Fe	B1,мг	B2,мг	C, мг	K, мг	Se, мг	I, мг
№ рец.	Завтрак															
160	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,50	5,20	19,90	148,00	135,61	18,01	113,34	0,39	0,06	0,00	0,65	0		
	Печенье сахарное	40	3,00	4,72	29,96	166,84										
296	Чай с сахаром и молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00	53,06	6,09	0,00	0,07	0,01	0,00	0,26	0		
ТК № 1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,50	0,33	0,03	0,01	0,00	27,9		
	Итого за прием	520	12,00	11,68	72,16	432,84	194,67	28,30	132,84	0,79	0,10	0,01	0,91	27,90	0,00	0,00
	Обед															
таб.32	Огурцы порционно	60	0,42	0,06	1,14	6,60	10,20	8,40	0,00	0,30	0,00	0,00	2,80	0		
134	Суп крестьянский с рисом	200/8	1,68	4,08	9,90	84,00	18,60	13,70	0,00	0,51	0,03	0,02	6,40	0		
221	Каша пшенная рассыпчатая	150	7,80	6,30	43,60	266,00	18,68	54,48	0,00	1,82	0,25	0,03	0,00	0		
469	Фрикадельки мясные в соусе	90	8,10	10,00	6,90	151,40	31,70	13,80	0,00	1,19	0,05	0,00	0,28	0		
648	Кисель витаминизированный "Витошка"	200	0,00	0,00	14,97	59,86	0,50	0,04	0,08	0,13	0,00	0,01	0,10	0,45		
ТК № 1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3,50	0,60	18,50	95,00	10,00	7,00	32,50	0,55	0,06	0,02	0,00	46,5		
ТК № 2	Хлеб ржаной витаминизированный	30	2,07	0,27	12,39	61,50	14,10	14,70	47,10	1,17	0,05	0,02	0,00	70,5		
	Итого за прием	768	23,57	21,31	107,40	724,36	103,78	112,12	79,68	5,67	0,44	0,10	9,58	117,45	0,00	0,00
	Итого за день		35,57	32,99	179,56	1157,20	298,45	140,42	212,52	6,46	0,54	0,11	10,49	145,35	0,00	0,00
Цена														120,30		

Директор: 

Повар: 



МЕНЮ столовой школы МОБУ СОШ с. Дарьинское ООО «АРКАИМ»

на « 18 » 06 2021 г.

День: суббота

Неделя: вторая

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи, наименование блюда		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)									
							Ca	Mg	P	Fe	B1,мг	B2,мг	C, мг	K, мг	Se, мг	I, мг
№ рец.	Завтрак															
160	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,50	5,20	19,90	148,00	135,61	18,01	113,34	0,39	0,06	0,00	0,65	0		
	Печенье сахарное	50	3,70	5,90	37,40	208,50										
296	Чай с сахаром и молоком	200	1,40	1,40	11,20	61,00	53,06	6,09	0,00	0,07	0,01	0,00	0,26	0		
ТК № 1	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	2,10	0,36	11,10	57,00	6,00	4,20	19,50	0,33	0,03	0,01	0,00	27,9		
	Итого за прием	550	12,70	12,86	79,60	474,50	194,67	28,30	132,84	0,79	0,10	0,01	0,91	27,90	0,00	0,00
	Обед															
таб.32	Огурцы порционно	100	0,70	0,10	1,90	11,00	17,00	14,00	0,00	0,50	0,02	0,00	7,00	0		
134	Суп крестьянский с рисом	250/10	2,10	5,10	12,40	105,00	23,32	17,18	0,00	0,64	0,04	0,03	8,00	0		
221	Каша пшенная рассыпчатая	180	7,80	6,30	43,60	266,00	18,68	54,48	0,00	1,82	0,25	0,03	0,00	0		
469	Фрикадельки мясные в соусе	105	9,50	11,70	8,10	176,70	36,99	16,15	0,00	1,39	0,06	0,00	0,33	0		
648	Кисель витаминизированный "Витошка"	200	0,00	0,00	14,97	59,86	0,50	0,04	0,08	0,13	0,00	0,01	0,10	0,45		
ТК № 1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3,50	0,60	18,50	95,00	10,00	7,00	32,50	0,55	0,06	0,02	0,00	46,5		
ТК № 2	Хлеб ржаной витаминизированный	30	2,07	0,27	12,39	61,50	14,10	14,70	47,10	1,17	0,05	0,02	0,00	70,5		
	Итого за прием	905	25,67	24,07	111,86	775,06	120,59	123,55	79,68	6,20	0,48	0,11	15,43	117,45	0,00	0,00
	Итого за день		38,37	36,93	191,46	1249,56	315,26	151,85	212,52	6,99	0,58	0,12	16,34	145,35	0,00	0,00
Цена														120,30		

Директор: 



Повар: 