

МЕНЮ столовой школы

МОБУ СОШ с. Дарьинское

ООО «АРКАИМ»

на «27» 06

2021 г.

День: понедельник

Неделя: первая

Возрастная категория: с 7-11 лет

Прием пищи, наименование блюда		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)								Se, мг	I, мг
							Ca	Mg	P	Fe	B1,мг	B2,мг	C, мг	K, мг		
№ рец.	Завтрак															
302	Каша пшеничная молочная вязкая	250/10	4,53	4,94	21,98	153,20	8,36	0,00	0,00	2,39	0,12	0,06	0,00	0		
685	Чай с сахаром	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	40	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	500,00	6,63	5,30	48,05	270,06	14,86	4,24	19,58	2,85	0,15	0,08	0,10	28,35	0,00	0,00
	Обед															
таб.32	Помидоры порционно	60	4,20	7,10	11,70	140,00	51,70	0,00	0,00	1,30	0,06	0,06	11,60	0		
37	Борщ с капустой и картофелем	200/8	2,80	4,70	7,80	93,60	34,50	0,00	0,00	0,87	0,04	0,02	7,79	0		
125	Птица отварная	90	16,00	12,10	0,00	188,00	70,00	19,25	132,38	1,26	0,00	0,00	0,90	0		
212	Макаронные изделия отварные	150	6,60	4,70	39,40	230,00	11,31	9,07	0,00	0,92	0,00	0,00	0,07	0		
631	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,91	74,72	6,86	3,61	4,41	0,93	0,01	0,01	4,09	0,45		
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		
ТК № 2	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,38	0,18	8,26	41,00	9,40	39,80	31,40	0,78	0,04	0,02	0,00	47		
	Итого за прием	758	33,24	29,30	97,17	824,32	189,77	75,93	187,69	6,39	0,18	0,12	24,45	75,35	0,00	0,00
	Итого за день		39,87	34,60	145,22	1094,38	204,63	80,17	207,27	9,24	0,33	0,20	24,55	103,70	0,00	0,00
Цена															120,30	

Директор:

Повар:



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

День: понедельник

Неделя: первая

Возрастная категория: 12 лет и старше

на « 21 » 06

2021 г.

Прием пищи, наименование блюда		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)									
№ рец.							Ca	Mg	P	Fe	B1,мг	B2,мг	C, мг	K, мг	Se, мг	I, мг
	Завтрак															
302	каша пшеничная молочная вязкая	250/10	4,53	4,94	21,98	153,20	8,36	0,00	0,00	2,39	0,12	0,06	0,00	0		
685	чай с сахаром	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	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	560,00	6,63	5,30	48,05	270,06	14,86	4,24	19,58	2,85	0,15	0,08	0,10	28,35	0,00	0,00
	Обед															
таб.32	помидоры порционно	100	7,04	11,90	19,50	234,00	86,20	0,00	0,00	2,18	0,10	0,06	19,40	0		
37	борщ с капустой и картофелем	250/10	3,52	5,98	9,78	117,00	43,14	0,00	0,00	1,09	0,05	0,03	9,74	0		
125	птица отварная	100	16,00	12,10	0,00	188,00	70,00	19,25	132,38	1,26	0,00	0,00	0,90	0		
212	Макаронные изделия отварные	180	6,60	4,70	39,40	230,00	11,31	9,07	0,00	0,92	0,00	0,00	0,07	0		
631	компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,91	74,72	6,86	3,61	4,41	0,93	0,01	0,01	4,09	0,45		
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		
ТК № 2	Хлеб ржаной витаминизированный	20	1,38	0,18	8,26	41,00	9,40	39,80	31,40	0,78	0,04	0,02	0,00	47		
	Итого за прием	890	36,80	35,38	106,95	941,72	232,91	75,93	187,69	7,49	0,23	0,13	34,20	75,35	0,00	0,00
	Итого за день		43,43	40,68	155,00	1211,78	247,77	80,17	207,27	10,34	0,38	0,21	34,30	103,70	0,00	0,00
Цена															120,30	

Директор:



Повар: