

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

на «25» 06 2021 г.

День: пятница


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)				В1,мг	В2,мг	С, мг	К, мг	Se, мг	I, мг
							Ca	Mg	P	Fe						
№ рец.	Завтрак															
191	Каша молочная манная	200/5	7,50	11,80	40,10	297,50	128,04	21,72	0,61	0,58	0,13	0,00	1,27	0		
3	Бутерброд с сыром	30/15	5,47	3,40	16,30	120,40	120,30	17,30	0,00	0,75	0,05	0,07	0,08	0		
630	Чай с молоком	200	1,45	1,60	17,32	89,86	60,50	7,04	45,08	0,18	0,02	0,09	0,75	73,45		
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	500	16,52	17,16	84,82	564,76	314,84	50,26	65,19	1,84	0,23	0,17	2,10	101,35	0,00	0,00
	Обед															
таб.32	Помидор порционно	60	0,00	0,00	2,40	12,00	45,60	27,30	0,00	1,20	0,02	0,00	12,00	0		
139	Суп картофельный с бобовыми	200	6,20	3,90	28,20	173,30	38,60	35,20	1,48	1,90	0,21	0,00	9,30	0		
97	Жаркое по-домашнему	200	20,40	21,30	18,60	565,30	45,30	80,40	6,00	6,00	0,32	0,00	0,82	0		
293	Компот из сухофруктов "С" витаминизация	200	1,00	0,04	27,50	110,00	0,32	6,09	39,15	0,09	0,01	0,00	0,26	0		
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	720	33	26	108	1017	154	171	126	11	1	0	22	117	0,00	0,00
	Итого за день		49,69	43,27	192,41	1581,86	468,76	220,95	191,42	12,75	0,90	0,21	24,48	218,35	0,00	0,00
Цена														120,30		

Директор: 



Повар: 

МЕНЮ столовой школы **ООО «АРКАИМ»**

на «**25**» **06** 2021 г.

День: пятница

Неделя: первая

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															
191	Каша молочная манная	250/10	7,50	11,80	40,10	297,50	128,04	21,72	0,61	0,58	0,13	0,00	1,27	0		
3	Бутерброд с сыром	30/15	5,47	3,40	16,30	120,40	120,30	17,30	0,00	0,75	0,05	0,07	0,08	0		
630	чай с молоком	200	1,45	1,60	17,32	89,86	60,50	7,04	45,08	0,18	0,02	0,09	0,75	73,45		
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	555	16,52	17,16	84,82	564,76	314,84	50,26	65,19	1,84	0,23	0,17	2,10	101,35	0,00	0,00
	Обед															
таб.32	Помидор 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		
139	Суп картофельный с бобовыми	250	7,80	4,88	35,27	216,74	48,27	44,09	1,86	2,39	0,27	0,00	11,65	0		
97	Жаркое по-домашнему	240	24,50	25,64	23,82	424,00	33,98	60,33	4,55	4,55	0,24	0,00	29,95	0		
293	Компот из сухофруктов "С" витаминизация	200	1,00	0,04	27,50	110,00	0,32	6,09	39,15	0,09	0,01	0,00	0,26	0		
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	850	46	43	137	1141	193	132	125	11	1	0	61	117	0,00	0,00
	Итого за день		62,43	60,49	221,80	1706,00	507,71	182,47	190,35	12,77	0,96	0,27	63,36	218,35	0,00	0,00
Цена														120,30		



Директор: 

Повар: 