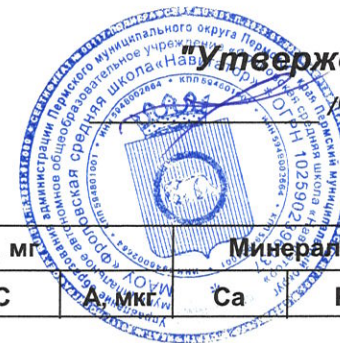


ИП Банникова Т.Н.



"Утверждаю"

Чернякевич Е.З./

Меню на 24.06.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" (ЛДП)

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
233/20018	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	250	7,45	9,20	36,30	257,74	0,20	0,19	1,46	47,5	151,31	190,56	46,84	1,18
63/2018	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	6,67	9,50	9,88	151,73	0,03	0,08	0,14	66,0	185,20	132,50	12,80	0,41
457/2018	ЧАЙ С САХАРОМ	200			9,98	39,92					0,31	0,01		0,03
108/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
	ФРУКТ СВЕЖИЙ	150	0,60	0,60	14,70	66,60	0,05	0,03	15,00		24,00	16,50	13,50	3,30
Итого по подменю: 0,00 руб.			16,24	19,46	80,70	562,87	0,30	0,31	16,60	113,5	364,82	352,57	75,94	5,14

ОБЕД														
148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	0,80	0,10	1,70	14,00	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
104/2018	ЩИ ИЗ СВ. КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ	250/10	2,00	6,69	8,95	104,01	0,06	0,06	30,01	15,0	41,63	48,43	20,69	0,75
349/2018	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	100/30	16,16	14,62	13,90	251,79	0,09	0,17	3,53	40,4	61,06	186,48	26,06	2,33
237/2018	РИС С ОВОЩАМИ	180	4,62	5,54	41,78	235,49	0,12	0,06	4,50		26,72	139,03	48,48	1,35
501/2018	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	86,60	0,02	0,02	4,00		14,00	14,00	8,00	2,80
108/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
109/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,51	0,63	16,79	86,85	0,05	0,01			10,35	47,70	11,25	1,40
Итого по подменю: 203,59			30,37	28,02	118,08	849,06	0,39	0,35	47,04	55,4	182,76	479,14	132,68	9,56

Итого за день: 46,61 47,48 198,78 1411,93 0,69 0,66 63,64 168,9 547,58 831,71 208,62 14,70

Директор  /Банникова Т.Н./

Зав. производством  /Журавлева Л.Л./

ИП Банникова Т.Н.

Меню на 25.06.2024 года

МАОУ "Фроловская средняя школа "Навигатор" (ЛДП)



№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
371/2018	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ	100	18,25	21,14	8,01	295,31	0,10	0,17	2,04	56,1	29,31	176,93	24,24	1,36
202/2018	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ*	200	7,60	8,59	34,32	244,92	0,26	0,13	4,32	32,0	48,27	188,20	122,05	4,31
459/2018	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	10,19	41,08			2,80		3,11	1,55	0,84	0,07
108/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ..	60	4,56	0,48	29,52	140,64	0,07	0,02			12,00	39,00	8,40	0,66
Итого по подменю: 0,00 руб.			30,47	30,22	82,04	721,95	0,43	0,32	9,16	88,1	92,69	405,68	155,53	6,40
ОБЕД														
148/2018	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ОГУРЕЦ)	100	0,80	0,10	1,70	14,00	0,02	0,02	5,00		23,00	24,00	14,00	0,60
98/2018	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	250	2,40	6,01	17,56	133,96	0,08	0,08	18,13	7,5	46,53	71,30	31,84	1,59
345	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	18,95	8,01	9,87	187,38	0,19	0,18	0,91	49,1	40,48	196,50	29,29	0,85
377/2018	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,83	8,05	26,07	192,02	0,19	0,16	30,69	38,2	51,38	115,12	38,78	1,42
486/2018	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,08	0,08	11,94	48,80	0,01		2,00		3,50	2,20	1,80	0,47
108/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03	0,01			6,00	19,50	4,20	0,33
109/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,51	0,63	16,79	86,85	0,05	0,01			10,35	47,70	11,25	1,40
Итого по подменю: 203,59			31,85	23,12	98,69	733,33	0,57	0,46	56,73	94,8	181,24	476,32	131,16	6,66
Итого за день:			62,32	53,34	180,73	1455,28	1,00	0,78	65,89	182,9	273,93	882,00	286,69	13,06

Директор _____ /Банникова Т.Н./

Зав. производством _____ /Журавлева Л.Л./