

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

Согласовано
(наименование общеобразовательного учреждения)
(Ф.И.О. руководителя учреждения)
Соловьева И.А.

Меню приготавливаемых блюд двухнедельное
для питания учащихся муниципальных общеобразовательных организаций, имеющих государственную аккредитацию,
обучающихся по образовательным программам основного общего, среднего общего образования
(за исключением учащихся, находящихся на полном государственном обеспечении)

ООО "Нитас-Плюс"
(наименование учреждения)
(Ф.И.О. руководителя учреждения)
Фролов С.Ю.

1 неделя
Сезон: зима
День 1 понедельник

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины						Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	1,90	5	20,6	135,3	0,030	0,000	0,04	0,3	6,9	19,5	3	0,24		
375/376	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	2,800	1,400	0,280		
	Итого завтрак:	245	1,97	5,02	35,60	195,30	0,030	0,030	0,040	0,300	18,000	22,300	4,400	0,520		

День 2 вторник
Завтрак

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины						Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	1,60	1,6	21,35	222,2	0,050	0,140	0,08	0,678	184,98	126,9	12,7	0,774		
375/376	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	2,800	1,400	0,280		
	Итого завтрак:	245	1,67	1,62	36,35	282,20	0,050	0,170	0,080	0,678	196,080	129,700	14,100	1,054		

День 3 среда
Завтрак

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины						Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	1,90	5,4	19,8	135	0,080	0,150	0,002	0,078	11,1	41,4	9,9	0,774		
375/376	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	2,800	1,400	0,280		
	Итого завтрак:	245	1,97	5,42	34,80	195,00	0,080	0,180	0,002	0,078	22,200	44,200	11,300	1,054		

День 4 четверг
Завтрак

№ сб. рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины						Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
	Кондитерское изделие промышленного производства	30	0,80	1	23,2	105,2	0,009	0,000	0,001	4,8	10,8	10,8	3	0,45		
375/376	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	2,800	1,400	0,280		
	Итого завтрак:	245	0,87	1,02	38,20	165,20	0,009	0,030	0,001	4,800	21,900	13,600	4,400	0,730		

День 5 пятница

№ сб. рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины						Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
375/376	Кондитерское изделие промышленного производства	30	1,90	5	20,6	135,3	0,030	0,000	0,04	0,3	6,9	19,5	3	0,24		
	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	2,800	1,400	0,280		
	Итого завтрак:	245	1,97	5,02	35,60	195,30	0,030	0,030	0,040	0,300	18,000	22,300	4,400	0,520		

2 неделя

День 6 понедельник

№ сб. рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины						Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
375/376	Кондитерское изделие промышленного производства	30	1,60	1,6	21,35	222,2	0,050	0,140	0,08	0,678	184,98	126,9	12,7	0,774		
	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	2,800	1,400	0,280		
	Итого завтрак:	245	1,67	1,62	36,35	282,20	0,050	0,170	0,080	0,678	196,080	129,700	14,100	1,054		

День 7 вторник

№ сб. рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины						Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
375/376	Кондитерское изделие промышленного производства	30	1,90	5,4	19,8	135	0,080	0,150	0,002	0,078	11,1	41,4	9,9	0,774		
	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	2,800	1,400	0,280		
	Итого завтрак:	245	1,97	5,42	34,80	195,00	0,080	0,180	0,002	0,078	22,200	44,200	11,300	1,054		

День 8 среда

№ сб. рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины						Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
375/376	Кондитерское изделие промышленного производства	30	0,80	1	23,2	105,2	0,009	0,000	0,001	4,8	10,8	10,8	3	0,45		
	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	2,800	1,400	0,280		
	Итого завтрак:	245	0,87	1,02	38,20	165,20	0,009	0,030	0,001	4,800	21,900	13,600	4,400	0,730		

День 9 четверг

№ сб. рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины						Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
375/376	Кондитерское изделие промышленного производства	30	1,90	5	20,6	135,3	0,030	0,000	0,04	0,3	6,9	19,5	3	0,24		
	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	2,800	1,400	0,280		
	Итого завтрак:	245	1,97	5,02	35,60	195,30	0,030	0,030	0,040	0,300	18,000	22,300	4,400	0,520		

День 10 пятница

№ сб. рещ.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн. Цен, ккал.	Витамины						Минеральные вещества			
							В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
375/376	Кондитерское изделие промышленного производства	30	1,60	1,6	21,35	222,2	0,050	0,140	0,08	0,678	184,98	126,9	12,7	0,774		
	Чай с сахаром (200/15)	215	0,07	0,02	15,00	60,00	0,000	0,030	0,000	0,000	11,100	2,800	1,400	0,280		
	Итого завтрак:	245	1,67	1,62	36,35	282,20	0,050	0,170	0,080	0,678	196,080	129,700	14,100	1,054		