

Платные услуги**Меню**

на 2 Сентября 2020 г.

Завтрак

Выход	Пищевая ценность				Витамины				
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	
173/2011	Каша "Геркулес" молочная								
	180	7.0	13.4	35.0	287.7	0.1	0.2	0.4	0.5
	Крупа Геркулес, молоко, сахар, соль								
3/2011	Бутерброд с сыром (хлеб)								
	45	6.5	6.0	12.4	129.6	0.0	0.0	0.1	0.0
	Хлеб, сыр								
14/2011	Масло сливочное порц.								
	10	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
376/2011	Чай с сахаром								
	200/10	0.1	0.0	9.5	38.1	0.0	0.0	0.0	0.0
	Сахар, чай								
338/2011	Яблоко свеж.								
	шт	0.4	0.4	10.8	46.2	0.0	0.0	12.5	0.7
	14.0	19.8	67.7	501.6	0.1	0.3	13.1	1.2	

Обед

Выход	Пищевая ценность				Витамины				
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	А, мг	В1, мг	С, мг	Р, мг	
101/2011	Суп картофельный с крупой								
	200	1.6	2.2	9.7	68.6	0.0	0.1	6.6	0.8
	р., морковь, соль								
269/2011	Биточки особые с соусом								
	80	6.5	8.2	7.2	164.3	7.4	0.1	0.6	0.1
	раст, сух пан, соус том.								
309/2011	Макаронные отварные								
	100	3.7	3.0	17.6	112.3	0.0	0.0	0.0	0.5
	Макаронные изделия, масло сл., соль								
377/2011	Чай с сахаром и лимоном								
	200/15/7	0.1	0.0	15.2	62.0	0.0	0.0	2.8	0.0
	Чай, сахар, лимоны								
	Хлеб ржаной								
	30	2.0	0.4	10.0	52.0	0.0	0.1	0.0	0.2
	13.9	13.7	59.8	459.2	7.4	0.2	10.0	1.6	

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог _____ /Рудницкая Т.А./

Зав. производством _____ / _____ /

Калькулятор _____ /Лукьянец Т.И./

Директор школы

Мин. вещества			
Ca, мг	Ma, мг	P, мг	Fe, мг
33.4	62.2	11.5	0.8
175.6	29.1	104.9	0.5
0.0	0.0	0.0	0.0
10.6	1.3	2.7	0.3
17.6	9.9	12.1	2.4

237.2	102.5	331.2	4.0
--------------	--------------	--------------	------------

Мин. вещества			
Ca, мг	Ma, мг	P, мг	Fe, мг
21.4	18.2	44.8	0.7
7.8	15.5	73.5	1.1
3.2	14.1	24.8	0.7
14.2	2.4	4.4	0.4
10.5	14.1	47.4	1.1

57.1	64.3	194.9	4.0
-------------	-------------	--------------	------------