

ООО "Калужская продовольственная
компания"

Питание для начальной школы и
льготных категорий обучающихся



Завтрак

Масса порции		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин. Вещества		Номер рецептуры
7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
200	220	18,0	18,0	3,7	333	0,1	0	0,29	134	3,3	235
100	100	0,13	7,25	0,09	66,1	0	0,01	0,00	0,24	0	75
200/5	200/5	0,3	0,1	9,5	40,1	0	0,02	1,00	7,9	0,87	459
30	30	2,25	0,87	15,4	78,51	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
330	350	20,7	26,22	28,7	517,7	0,1	0,54	1,3	157	5,4	

Итого:

41,4 52,4 57,4 1035,4 0,2 1,1 2,6 313,3 10,8 1345,0

Обед

Обед	Масса		Пищевая ценность				Витамины, мг			Мин.		Номер рецептуры
	7 - 11 лет	с 12 лет	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	Е, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг	
Борщ из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200	250	6,81	8,49	17	166	0	2,35	8,00	36,8	1,1	95
Шницель рыбный	80	100	20,5	16,5	16,5	177,3	0,1	2,1	0,00	61	1,3	309
Картофельное пюре	150	180	4,86	6	10,4	126	0,1	0,15	2,83	45	1	377
Компот из свежих фруктов	200	200	0,29	0	19,3	81	0	0,1	3,30	13,5	1,2	487
Хлеб ржаной	25	40	2,4	0,45	12,3	62,85	0,1	0,69	0,00	9,9	1,3	574
Хлеб пшеничный	35	45	4,6	0,54	29,5	125,6	0	0,51	0,00	14,1	1,2	576
Итого обед:	655	770	34,9	31,44	75,5	613,1	0,4	5,39	14	166	5,9	
Итого за день:	985	1120	74,4	63,42	181	1352	0,7	11,29	28	346	13	

Итого:

148,8 126,8 361,1 2703,8 1,5 22,6 56,5 692,8 25,8 2418,0

Выработано по ГОСТ 30390-2013

Технолог
Зав. производства
Калькулятор



Согласовано

Директор школы

