

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

По городским школьным столовым для питания учащихся из числа детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на 2024 г.

День недели		2 неделя													
		Наименование блюд	Цена	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Ca	Mg	Fe	C	A	B1	B2
понедельник	сб. Москва № 395	Вареники с творогом п/ф	53,69	155	15,3	14,56	34,53	287,1	161,2	28,7	0,46	1,53	0,04	0,21	0,17
	54-4гн	Чай с сахаром	2,08	200	0,2	1,1	6,5	26,8	4,5	3,8	0,73	0,4	0,03	0	0,01
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	2,54	35	2,17	0,3	11,2	52	7	4,9	0,31	0	0,03	0	0,01
	Пром	Фрукт***	26,52	130	0,04	0	15,74	105,6	54	13	1,5	12,6	0,04	0,04	0,09
		ИТОГО :	84,83	520	17,71	15,96	67,97	471,5	226,7	50,4	3	14,53	0,14	0,25	0,28
	Сб рецептур№483	Булочка дорожная	6,25	50	3,56	7,42	28,05	193,5	10,42	14,92	0,73	0	0,01	0,09	0,03
	Сб.Москва № 484	Кисель плодово-ягодный	5,35	180	0	0	15	60	84	0	0,2	2,7	0	0,05	0,01
	ИТОГО :	96,43		21,27	23,38	111	725	321,1	65,32	3,93	17,23	0,15	0,39	0,32	
вторник	54-25м	Курица тушеная с морковью	47,34	90	11,69	6,13	3,96	113,8	120,7	45,5	1,99	12,2	0,09	0,08	0,06
	сб. Москва № 445	Каша гречневая вязкая	12,74	180	3,79	7,93	39,69	254,6	40,68	4,56	0,12	0	0,02	0,15	0,15
	Сб.Москва № 422	Кофейный напиток с молоком	8,66	200	1,4	1,6	22,31	105	60,4	7	0,09	0,65	0,01	0,02	0,07
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	2,54	35	2,17	0,3	11,2	52	7	4,9	0,31	0	0,03	0	0,01
		ИТОГО :	71,28	505	19,05	15,96	77,16	525,4	228,8	61,96	2,51	12,85	0,15	0,25	0,29
	сб.Москва №528	Сдоба фигурная	5,02	50	4,22	5,14	27,31	172,8	14,23	10,74	0,68	0,74	0	0,08	0,05
	54-2гн	Чай с сахаром	2,08	200	0,2	0	6,5	26,8	4,5	3,8	0,73	0,4	0,03	0	0,01
	ИТОГО :	78,38		23,47	21,1	111	725	247,5	76,5	3,92	13,99	0,18	0,33	0,35	
среда	сб.Москва №90	Бутерброд с сыром	17,47	20/40	7,7	2,7	19,62	137,3	73,8	15,5	0,52	2,32	0,04	0,07	0,08
	Сб. Москва № 321	Каша вязкая геркулесовая с маслом	19,83	205	7,22	13,51	31,19	277,2	137,9	27,12	1,4	1,19	0,06	0,18	0,15
	54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	5,16	200	1,6	1,1	8,7	50,9	57	9,9	0,6	10,3	0,03	0,01	0,07
	Пр. производство	Печенье	6,70	36	1,8	2,4	11,6	70,8	4,8	7,2	0,36	0	0,01	0,04	0,05
		ИТОГО :	49,16	501	18,32	19,71	71,11	536,2	273,5	59,72	2,88	13,81	0,14	0,3	0,35
	сб.Москва №480	Булка ванильная	6,19	50	4,22	5,14	27,31	172,8	14,23	10,74	0,68	0,74	0	0,08	0,05
	Сб.Москва №395	Компот из смеси сухофруктов	6,32	180	0	0	8,98	93,6	18	0	1,1	4,7	0	0	0
	ИТОГО :	61,67		22,54	24,85	107,4	802,6	305,7	70,46	4,66	19,25	0,14	0,38	0,4	
четверг	сб. Москва № 62	Салат из моркови с сахаром	7,08	60	0,74	0,06	6,88	69,2	15,5	21,6	0,4	2,02	0,11	0,05	0,2
	Единый сб.№ 276	Омлет с отварным картофелем	58,38	200	13	16,2	44,2	298,5	143	23,8	1,7	7,3	0,03	0,16	0,11
	Сб.Москва № 484	Кисель из концентрата пл-яг.	5,94	200	0	0	15	60	84	0	0,2	2,7	0	0,05	0,01
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	2,90	40	2,17	0,3	11,2	52	7	4,9	0,31	0	0,03	0	0,01
		ИТОГО :	74,30	500	15,91	16,56	77,28	479,7	249,5	50,3	2,61	12,02	0,17	0,26	0,33
	Сб. Москва№492	Плюшка Оренбургская	6,04	50	4,33	7,32	29,15	200	12,1	6,67	0,62	0	0,01	0,06	0,05
	54-2гн	Чай с сахаром	2,08	200	0,2	0	6,5	26,8	4,5	3,8	0,73	0,4	0,03	0	0,01
	ИТОГО :	82,42		20,44	23,88	112,9	706,5	266,1	60,77	3,96	12,42	0,21	0,32	0,39	
	Сб.Москва № 157	Голубцы ленивые в соусе	43,23	90	8,8	8,91	15,21	216,3	172,4	17	1,41	13,96	0,08	0,1	0,13
	Сб.Москва№ 447	Макароны отварные	15,06	180	6,57	5,98	41,85	253,8	37,14	30,09	0,1	0	0,01	0,14	0,17
	54-4гн	Чай с сахаром	2,08	200	0,2	1,1	6,5	26,8	4,5	3,8	0,73	0,4	0,03	0	0,01
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	2,54	35	2,17	0,3	11,2	52	7	4,9	0,31	0	0,03	0	0,01
		ИТОГО :	62,91	505	17,74	16,29	74,76	548,9	221,1	55,79	2,55	14,36	0,15	0,24	0,32
	Сб рецептур№ 506	Крендель сахарный	7,75	50	3,64	6,78	30,36	195	9,42	6,12	0,53	0	0,01	0,06	0,04
	54-2гн	Чай с сахаром	2,08	200	0,2	0	6,5	26,8	4,5	3,8	0,73	0,4	0,03	0	0,01
	ИТОГО :	72,74		20,11	16,59	92,46	627,7	232,6	64,49	3,59	14,76	0,21	0,24	0,34	
	ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ	391,64		107,8	109,8	534,8	3587	1373	337,54	20,06	77,65	0,89	1,66	1,8	
	Средняя в день	78,328		21,57	21,96	107	717,3	274,6	67,51	4,01	15,53	0,18	0,33	0,36	