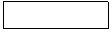


ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
По городским школьным столовым для питания учащихся на 2024 г.
Возрастная категория с 7 до 11 лет

День недели	1 неделя				Обед										
	Наименование блюд	Цена	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Ca	Mg	Fe	C	A	B1	B2	
понедельник	Единый сборник№96	Салат из свеклы с чесноком*	6.09	60	1.4	3.7	14.5	54.6	88.1	11.4	0.46	4.34	0	0.02	0.02
	Сб.Москва №118	Суп картофельный с горохом	10.11	200	4.38	6.79	15.79	116.8	35.1	32.24	1.6	10.2	0.02	0.18	0.14
	сб. Москва № 208	Плов из птицы (без кости)	64.23	200	16.95	13.46	35.73	353.3	156.35	24.04	1.97	6.03	0.2	0.11	0.22
	Сб.Москва №383	Кисель плодово-ягодный	6.86	200	0	0	9.98	119	0.2	0	0.02	0.03	0	0	0
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	3.25	45	2.19	0.38	14.4	68.01	9	6.3	0.4	0	0	0.045	0.03
	Пр. производство	Хлеб ржаной	1.72	25	1.17	0.17	12.45	42.8	42	11.5	0.4	0	0	0.025	0.01
		ИТОГО :	92.26		26.09	24.5	102.85	754.51	330.75	85.48	4.85	20.6	0.22	0.38	0.42
вторник	Сб.Москва № 47	Салат из красной фасоли*	9.36	60	4.53	3.39	28.8	104	51.8	7.4	1.04	2.2	0.03	0.09	0.02
	Сб.Москва №150	Щи из свежей капусты со сметаной	12.75	200/5	1.58	4.3	9.76	75.2	83.95	18.9	0.3	4.8	0.04	0.1	0.09
	Сб.рецепт2017 № 282	Оладьи из печени в соусе	52.12	100	12.72	10.8	17.89	170	111.66	28.1	1.5	1.7	0.09	0.12	0.14
	Сб.Москва №445	Каша гречневая вязкая	9.93	150	3.16	6.61	23.08	220.45	17.23	3.8	0.1	0	0.01	0.03	0.13
	54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	5.16	200	0.3	0	8.7	37.9	57	10.6	0.77	11.6	0.04	0	0.07
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	3.25	45	2.19	0.38	14.4	68.01	9	6.3	0.4	0	0	0.045	0.03
	Пр. производство	Хлеб ржаной	1.72	25	1.17	0.17	12.45	42.8	42	11.5	0.4	0	0	0.025	0.01
	ИТОГО :	94.29		25.65	25.65	115.08	718.36	372.64	86.6	4.51	20.3	0.21	0.41	0.49	
среда	Сб.рецепт2004 №25	Салат Степной с соленым огурцом*	8.46	60	0.98	3.06	9.48	43	52.1	9.8	0.08	5.7	0.01	0.05	0.06
	Сб.Москва №122	Суп картофельный с вермишелью	10.97	200	2.18	3.65	13.6	112.4	66.17	17.3	0.34	4.2	0.14	0.1	0.06
	Сб.Москва №210	Рагу из птицы	75.44	230	16.94	17.88	58.1	391	185.72	29.13	1.26	5.34	0.06	0.15	0.26
	Сб.Москва №395	Компот из смеси сухофруктов	7.03	200	0	0	8.98	93.6	18	0	1.1	4.7	0	0	0
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	3.25	45	2.19	0.38	14.4	68.01	9	6.3	0.4	0	0	0.045	0.03
	Пр. производство	Хлеб ржаной	1.72	25	1.17	0.17	12.45	42.8	42	11.5	0.4	0	0	0.025	0.01
		ИТОГО :	106.87		23.46	25.14	117.01	750.81	372.99	74.03	3.58	19.94	0.21	0.37	0.42
четверг	сб Москва№ 40	Салат витаминный*	7.03	60	0.72	3.07	26.71	87.81	75.69	9.92	0.6	13.12	0	0.06	0.02
	Единый сборник№96	Борщ с фасолью и картофелем со сметан	12.8	200/5	6.94	5.7	18.76	118	86.2	22.4	0.9	7.38	0.13	0.08	0.09
	Сб.Москва №157	Ежики мясные в соусе	50.56	90	8.05	11	9.88	191.11	117.3	21.71	0.76	2.4	0.07	0.12	0.15
	Сб.2004г №104	Гороховое пюре	14.68	150	4.27	4.5	12.56	180	16.35	2.8	0.04	0	0.06	0.03	0.11
	54-3гн	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
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	3.25	45	2.19	0.38	14.4	68.01	9	6.3	0.4	0	0	0.045	0.03
	Пр. производство	Хлеб ржаной	1.72	25	1.17	0.17	12.45	42.8	42	11.5	0.4	0	0	0.025	0.01
	ИТОГО :	92.12		23.54	24.82	101.26	714.53	351.04	78.43	3.83	20.9	0.22	0.36	0.42	
пятница	сб Москва № 2	Винегрет овощной*	8.96	60	0.74	6.07	4.48	76.9	46.7	11.08	0.46	5.61	0.06	0.02	0.02
	Сб.Москва №128	Суп Крестьянский	9.19	200	1.64	4.34	18.51	80.8	60.81	18.9	0.5	8.01	0.05	0.1	0.08
	Ед.сборник № 364	Котлета мясо-картофельная с соусом	69.28	100	13.6	10.7	13.8	194.4	122.4	14.6	1.3	2.4	0.08	0.14	0.2
	Сб.Москва №447	Макароны отварные	11.9	150	5.48	4.98	37.87	211.5	40.95	14.58	0.09	0	0.03	0.02	0.05
	54-13хн	Напиток из шиповника	10.46	200	0.6	0.2	15.2	65.3	9.9	2.7	0.49	2.72	0	0.01	0.05
	Рецептура№88 пр	Хлеб домашний подовый	3.25	45	2.19	0.38	14.4	68.01	9	1.8	0.4	0	0	0.045	0.03
	Пр. производство	Хлеб ржаной	1.72	25	1.17	0.17	12.45	42.8	42	11.5	0.4	0	0	0.025	0.01
	ИТОГО :	114.76		25.42	26.84	116.71	739.71	331.76	75.16	3.64	18.74	0.22	0.36	0.44	
	ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	500.30		124.16	126.95	552.91	3677.9	1759.2	399.7	20.41	100.48	1.08	1.88	2.19	
	Средняя в день	100.06		24.832	25.39	110.58	735.58	351.84	79.94	4.08	20.096	0.22	0.38	0.44	



|