

МЕНЮ



Начальная коррекция 13а

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %
			всего	в т.ч.	всего	в т.ч.				
Завтрак										
2/6	Омлет запеченный или паровой	100	9,73	10,35	10,6	0	1,7	140,8	20,27	
24/2	Суп молочный с лапшой	200	5,29	3,99	5,96	0,15	16,02	137,7	12,06	
-	Хлеб ржаной	30	2,21	0	0,4	0,4	13,98	64,82	1,73	
-	Хлеб пшеничный	30	2,28	0	0,2	0,2	17,88	82,61	2,32	
	Джем	20	0,1	0	0	0	14,52	55,58	4,03	
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	200	0,12	0	0,02	0,02	5,06	20,53	2,45	
Итого за 'Завтрак'			19,73	14,34	17,2	0,78	69,16	502,1	42,86	42,07

Обед

2/3	Капуста тушеная (вариант 2)	200	3,51	0	3,72	4,23	18,11	110,8	11,09	
16/8	Котлета домашняя	90	13,1	11,77	19,3	2,15	8,08	258,6	55,07	
-	Хлеб пшеничный	40	3,04	0	0,27	0,27	23,84	110,1	3,10	
-	Хлеб ржаной	30	2,21	0	0,4	0,4	13,98	64,82	1,73	
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0	0,06	0,06	18,29	69,02	2,94	
-	Яблоки	140	0,64	0	0,64	0,64	18,56	77,89	22,40	
Итого за 'Обед'			23,52	11,77	24,4	7,75	100,9	691,3	96,33	57,93
Итого за день			43,25	26,12	41,6	8,53	170	1193	139,20	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			46,2	0	47,4	0	201	1410		
Отклонение			-2,95	26,12	-5,81	8,53	-30,98	-217		
Содержание, % от калорийности			15		33		52			

Начальная школа 13а

12 сентября 2023 г.

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Цена, руб	Доля, %
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
Обед										
12/3	Капуста тушеная (вариант 2)	200	3,51	0	3,72	4,23	18,11	110,8	11,09	
16/8	Котлета домашняя	90	13,1	11,77	19,3	2,15	8,08	258,6	55,07	
-	Хлеб пшеничный	40	3,04	0	0,27	0,27	23,84	110,1	3,10	
-	Хлеб ржаной	30	2,21	0	0,4	0,4	13,98	64,82	1,73	
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	200	1,02	0	0,06	0,06	18,29	69,02	2,94	
-	Яблоки	140	0,64	0	0,64	0,64	18,56	77,89	22,40	
Итого за 'Обед'			23,52	11,77	24,4	7,75	100,9	691,3	96,33	100,00
Итого за день			23,52	11,77	24,4	7,75	100,9	691,3	96,34	
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			26,95	0	27,7	0	117,3	822,5		
Отклонение			-3,43	11,77	-3,25	7,75	-16,39	-131		
Содержание, % от калорийности			14		34		52			