

ООО "Вкус и Качество"
 Меню на 27.05.2021 года

Директор школы



ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ (7-10ЛЕТ)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe	
Завтрак №1															
43 СВ 2018Г	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕН.ОГУРЦАМИ (СБ2018)	100	1,62	6,29	11,76	110,40	0,09	0,06	14,57		15,44	50,55	21,32	1,38	
293 СВ 2017Г	КУРИЦА(БЕДРО),ЖАРЕНАЯ	90	23,80	24,89	0,10	317,88	0,12	0,19	2,55	53,46	30,08	206,79	24,95	1,73	
213 СВ 2018Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018)	150	2,82	3,87	12,71	96,90	0,10	0,05	1,60	22,42	5,63	67,03	44,44	1,50	
464 СВ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(СБ2018)	200	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,00	60,30	45,00	7,00	0,08	
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22	
108 СВ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62	
Итого по подмену:		105,00	34,43	36,83	64,91	730,89	0,37	0,40	19,37	85,88	120,05	403,57	105,51	5,53	

Завтрак №2														
463 СВ 2013Г	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	60	0,87	6,05	6,36	83,81	0,03	0,03	6,14		14,67	27,40	14,99	1,99
381 СВ 2012	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ,	90	16,53	17,83	13,06	279,39	0,07	0,13		37,17	11,14	157,82	19,42	2,29
154 СВ 2018Г	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ(СБ2018)	150	4,63	6,37	28,75	191,40	0,19	0,16	27,25	8,52	70,15	122,78	38,05	1,36
459 СВ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подмену:		105,00	25,25	30,66	77,47	690,36	0,31	0,33	36,37	45,69	112,94	330,83	80,52	6,75

Обед №1														
14 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (СБ2018)	60	0,42	3,66	1,15	39,20	0,02	0,01	4,24		11,02	18,37	8,51	0,31
130 СВ 2018Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАК.ИЗДЕЛИЯМИ/ВЕРМЕШЕЛЬ(СБ2018)	200	10,77	6,62	13,54	157,10	0,10	0,11	9,63		21,31	124,98	25,06	2,38
391 СВ 2013г.	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ,	90	13,47	13,02	6,45	197,24	0,06	0,11		15,93	22,27	137,20	17,33	2,06

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
385 СВ 2018Г	РИС ОТВАРНОЙ(СБ2018)	150	4,08	7,01	33,70	214,46	0,18	0,05	0,43	40,12	25,06	182,91	63,96	1,32
491 СВ 2018Г	КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ/СМОРОДИНА(СБ2018)	200	0,20	0,08	16,43	68,65	0,01	0,01	40,00		7,65	6,60	6,20	0,31
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
108 СВ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

Итого по подменю: 108,00 33,68 30,91 99,23 815,29 0,41 0,31 54,30 56,05 95,91 504,26 128,86 7,22

Обед №2

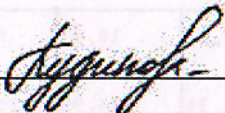
47 СВ 2018Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ(СБ2018).	80	2,79	5,19	16,76	126,11	0,17	0,10	34,14		105,29	179,16	55,58	3,83
100 СВ 2018Г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (СБ2018)	250/10	12,26	11,74	17,24	216,52	0,15	0,15	17,30	10,00	34,55	172,22	41,92	3,01
307 СВ 2018Г	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (СБ2018)	90	12,17	4,73	13,23	145,22	0,09	0,11	0,60	17,64	58,18	178,74	38,74	0,72
176 СВ 2018Г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 1ЫЙ ВАРИАНТ (СБ2018)	180	4,47	10,17	24,15	206,86	0,17	0,16	46,71	18,14	83,21	123,42	47,64	3,34
507 СВ 2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	0,16	0,12	5,62	7,90	0,01	0,01	2,08		7,73	6,44	4,82	0,93
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
108 СВ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62

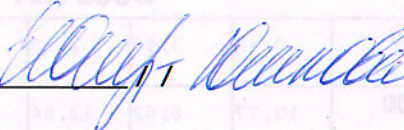
Итого по подменю: 108,00 36,59 32,47 104,96 841,25 0,63 0,55 100,83 45,78 297,56 694,18 196,50 12,67

Полдник

530 СВ 2018Г	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ(СБ2018).	100	5,43	4,87	68,42	339,27	0,09	0,06	0,25	9,75	20,47	56,74	11,98	1,36
516 СВ 2013	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20

Итого по подменю: 35,00 11,23 9,87 76,42 439,47 0,17 0,40 1,65 49,75 260,47 236,74 39,98 1,56

Директор  /Кудинова Т.Л./

Зав. производ. 

Калькулятор  / Терещенко

ООО "Вкус и Качество"
 Меню на 27.05.2021 года

Директор школы _____



ПИТАНИЕ ДЕТЕЙ (11-18 ЛЕТ)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг		
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	P	Mg

Завтрак №1

43 СВ 2018Г	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕН.ОГУРЦАМИ (СБ2018)	100	1,62	6,29	11,76	110,40	0,09	0,06	14,57		15,44	50,55	21,32	1,38
293 СВ 2017Г	КУРИЦА(БЕДРО),ЖАРЕНАЯ.	100	26,44	27,66	0,11	353,20	0,13	0,21	2,83	59,40	33,42	229,77	27,72	1,93
213 СВ 2018Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ(СБ2018).	200	3,75	5,10	16,94	128,70	0,13	0,06	2,13	29,50	7,26	89,31	59,24	2,00
464 СВ 2018Г	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ(СБ2018)	200	1,45	1,26	12,38	67,07	0,02	0,08	0,65	10,00	60,30	45,00	7,00	0,08
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
108 СВ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подмену: 105,00			38,00	40,83	69,15	798,01	0,41	0,43	20,18	98,90	125,02	448,83	123,08	6,23

Завтрак №2

463 СВ 2013Г	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ.	100	1,45	10,08	10,61	139,70	0,06	0,05	10,26		25,10	45,81	25,03	3,32
381 СВ 2012	ШНИЦЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	18,36	19,81	14,51	310,44	0,07	0,14		41,30	12,38	175,36	21,58	2,55
154 СВ 2018Г	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ(СБ2018).	180	5,51	7,80	34,21	229,72	0,23	0,19	32,70	10,20	83,81	146,86	45,57	1,63
459 СВ 2018Г	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (СБ2018)	200/7	0,06	0,01	10,26	41,36			2,98		12,98	9,83	5,26	0,89
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
Итого по подмену: 105,00			28,54	38,10	88,63	815,62	0,38	0,39	45,94	51,50	138,27	390,86	100,24	8,61

Обед №1

14 СВ 2018Г	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ(СБ2018)	100	0,76	6,10	2,07	66,26	0,03	0,02	7,63		18,53	32,82	15,26	0,55
130 СВ 2018г.	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАК.ИЗД/ВЕРМЕШЕЛЬ(СБ2018)	250	13,21	8,23	14,99	187,12	0,11	0,12	9,73		24,46	148,12	27,98	2,73
391 СВ 2013г.	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	100	14,96	14,47	7,16	219,15	0,06	0,12		17,70	24,74	152,44	19,26	2,29

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe
385 СВ 2018Г	РИС ОТВАРНОЙ (СБ2018)	180	4,90	8,45	40,44	257,66	0,22	0,06	0,52	48,38	30,07	219,50	76,75	1,59
491 СВ 2018Г	КОМПОТ ИЗ ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ/СМОРОДИНА(СБ2018)	200	0,20	0,08	16,43	68,65	0,01	0,01	40,00		7,65	6,60	6,20	0,31
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
108 СВ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подмену:		108,00	38,77	37,85	109,05	937,48	0,47	0,35	57,88	66,08	114,05	593,68	153,25	8,31

Обед №2

47 СВ 2018Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ (СБ2018)	100	3,48	6,49	20,95	157,63	0,13	0,07	25,61		78,97	134,37	41,69	2,87
100 СВ 2018Г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГРЕНКАМИ (СБ2018)	250/20/10	14,75	12,06	32,23	290,86	0,19	0,16	17,30	10,00	40,85	192,69	46,33	3,36
307 СВ 2018Г	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ(СБ2018)	100	13,53	5,26	14,70	161,41	0,10	0,12	0,66	19,40	64,62	198,70	43,07	0,80
176 СВ 2018Г	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 1ЫЙ ВАРИАНТ (СБ2018)	180	4,47	10,17	24,15	206,86	0,17	0,16	46,71	18,14	83,21	123,42	47,64	3,34
507 СВ 2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	0,16	0,12	5,62	7,90	0,01	0,01	2,08		7,73	6,44	4,82	0,93
108 СВ 2013	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	40	3,16	0,40	19,04	94,40	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
108 СВ 2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,58	0,12	8,92	44,24	0,02	0,01			4,60	21,20	5,00	0,62
Итого по подмену:		108,00	41,13	34,62	125,61	963,30	0,64	0,54	92,36	47,54	283,98	689,82	191,35	12,14

Полдник

530 СВ 2018Г	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ(СБ2018).	100	5,43	4,87	68,42	339,27	0,09	0,06	0,25	9,75	20,47	56,74	11,98	1,36
516 СВ 2013	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,00	240,00	180,00	28,00	0,20
112 СВ 2013г.	ПЛОДЫ(ФРУКТЫ)СВЕЖИЕ Г140	140	0,56	0,42	14,42	6,58	0,03	0,04	7,00		26,60	22,40	16,80	3,22
Итого по подмену:		59,00	11,79	10,29	90,84	446,05	0,20	0,44	8,65	49,75	287,07	259,14	56,78	4,78

Директор Кудинова Т.Л. /Кудинова Т.Л./

Зав. производ. Калькулятор /Терещенко