



«Утверждаю»  
 ООО «Благо-В»  
 Директор  
 Е. П. Флегонтова

МЕНЮ  
 ПРИЯТНОГО АППЕТИТА



Категория: Школьники 1-4 классы

№ рецептуры	Наименование блюда	Цена блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	В1, мг.	С, мг.	А, мг.	Е, мг.	Са, мг.	Р, мг.	Mg, мг.	Fe, мг.
				Б	Ж	У									
<b>День 1 ( 7 ноября )</b>															
№769 сб.шк.20	Булочка домашняя		80	5,84	9,36	44,32	286,40	0,064	0	0,02	39,35	12,41		7,78	0,66
№311.сб.шк.20	Каша "Дружба" молочная с маслом		150/10	5,60	7,60	29,50	209,00	0,1	0,14	0,47		112,4	171	32,72	0,71
№376а Дели20	Чай с сахаром		200/10	0,53		9,47	40,00		0,27	0,117		13,6	22,1	11,73	0,1
Дели принт№1	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
Де.пр.№1,2011	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30	2,31	0,42	11,30	60,30	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>55,55</b>		<b>16,53</b>	<b>18,25</b>	<b>109,59</b>	<b>670,70</b>	<b>0,254</b>	<b>0,41</b>	<b>0,607</b>	<b>40,37</b>	<b>154,3</b>	<b>270</b>	<b>73,53</b>	<b>3,15</b>
<b>День 2 ( 8 ноября )</b>															
№ 124	Сосиски Мусульманские отварные с маслом		100/5	10,00	21,70	0,80	238,00	0,02	0	0,08	1	22,97	139	13,31	1,61
№332.сб.шк.2004	Макаронные изделия отварные		150/5	5,50	3,92	32,83	192,00	0,058	0	0,02	0,816	9,43	57	7,558	0,8
№ 292	Компот из кураги		200	1,30	0,10	32,40	130,00	0,02	0,4	0,29		39,4	0,92	24,94	0,84
Дели принт№1	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
Де.пр.№1,2011	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30	2,31	0,42	11,30	60,30	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>55,55</b>		<b>21,36</b>	<b>27,01</b>	<b>92,33</b>	<b>695,30</b>	<b>0,188</b>	<b>0,4</b>	<b>0,39</b>	<b>2,836</b>	<b>87,7</b>	<b>275</b>	<b>67,11</b>	<b>4,93</b>
<b>День 3 ( 9 ноября )</b>															
№462.сб.шк.20	Ежики мясные с рисом в соусе томатном		60/40	9,20	13,00	10,70	197,00	0,03	0,47			11,82	107	17,72	0,76
№520.сб.шк.20	Картофельное пюре		150	3,08	4,90	20,00	138,00	0,12	10,4	0,08	3	35,6		28,4	1,03
№ 293	Компот из сухофруктов		200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92
Дели принт№1	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
Де.пр.№1,2011	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30	2,31	0,42	11,30	60,30	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>55,55</b>		<b>17,34</b>	<b>19,29</b>	<b>88,20</b>	<b>591,30</b>	<b>0,31</b>	<b>11,08</b>	<b>0,37</b>	<b>18,64</b>	<b>71,82</b>	<b>186</b>	<b>75,92</b>	<b>4,39</b>
<b>День 4 ( 10 ноября )</b>															
№290. Дели20	Грудка куриная в сливочном соусе		60/40	11,65	10,76	1,63	154,00	0,068	2,326	68,68	3,956	25,19	123	15,72	1,009
№297.сб.шк.20	Гарнир рисовый		150/5	3,83	5,42	31,60	210,00	0,044	0	0,27	0,284	11,46	84,2	27,33	0,597
№ 292	Компот из кураги		200	1,30	0,10	32,40	130,00	0,02	0,4	0,29		39,4	0,92	24,94	0,84
Дели принт№1	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
Де.пр.№1,2011	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30	2,31	0,42	11,30	60,30	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>55,55</b>		<b>21,34</b>	<b>17,57</b>	<b>91,93</b>	<b>629,30</b>	<b>0,222</b>	<b>2,726</b>	<b>95,97</b>	<b>5,26</b>	<b>91,95</b>	<b>286</b>	<b>89,29</b>	<b>4,126</b>
<b>День 5 ( 11 ноября )</b>															
№1	Бутерброд с сыром		30/30	9,20	5,80	24,20	190,00	0,09	0,14			211,5		27,5	1,14
№741сб.шк.200	Ватрушка с творогом		80	8,60	4,20	27,10	209,00	0,05	5	0,08		45,9		10,73	0,6
№190сб.шк.20	Каша молочная манная с маслом		150/10	5,40	7,20	26,80	194,00	0,06	0,48	0,14	0,518	114,4	171	17,03	0,38
№686.сб.шк.20	Чай с лимоном и сахаром		200/10/7	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12			2,73		0,73	0,06
Де.пр.№1,2011	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30	2,31	0,42	11,30	60,30	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>55,55</b>		<b>25,61</b>	<b>17,62</b>	<b>98,70</b>	<b>690,30</b>	<b>0,26</b>	<b>6,74</b>	<b>0,22</b>	<b>1,208</b>	<b>384,4</b>	<b>229</b>	<b>73,09</b>	<b>3,53</b>
<b>День 6 ( 12 ноября )</b>															
№392 Дели20	Пельмени мясные отварные с бульоном		180/100	17,60	13,70	24,20	291,00	0,13	28,3	0,18	1,283	109,3	239	61,1	2,72
№ 293	Компот из сухофруктов		200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,21	0,29	14,62	8,5	0,92	8,5	0,92
Дели принт№1	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
Де.пр.№1,2011	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30	2,31	0,42	11,30	60,30	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>55,55</b>		<b>22,66</b>	<b>15,09</b>	<b>81,70</b>	<b>547,30</b>	<b>0,29</b>	<b>28,51</b>	<b>0,47</b>	<b>16,92</b>	<b>133,7</b>	<b>318</b>	<b>90,9</b>	<b>5,32</b>
<b>День 7 ( 14 ноября )</b>															
№769 сб.шк.20	Булочка домашняя		80	5,84	9,36	44,32	286,40	0,064	0	0,02	39,35	12,41		7,78	0,66
№1	Бутерброд с сыром		30/30	9,20	5,80	24,20	190,00	0,09	0,14			211,5		27,5	1,14
№302.сб.шк.20	Каша ячневая молочная с маслом		150/10	6,20	7,20	32,20	219,00	0,12	0,44	0,125		129,4		29,69	0,78
№686.сб.шк.20	Чай с лимоном и сахаром		200/10/7	0,10	0,00	9,30	37,00	0	1,12			2,73		0,73	0,06
Де.пр.№1,2011	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30	2,31	0,42	11,30	60,30	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>55,55</b>		<b>23,65</b>	<b>22,78</b>	<b>121,32</b>	<b>792,70</b>	<b>0,334</b>	<b>1,7</b>	<b>0,145</b>	<b>40,04</b>	<b>365,9</b>	<b>58,2</b>	<b>82,8</b>	<b>3,99</b>
<b>День 8 ( 15 ноября )</b>															
№ 124	Сосиски Мусульманские отварные с маслом		100/5	10,00	21,70	0,80	238,00	0,02	0	0,08	1	22,97	139	13,31	1,61
№297.сб.шк.20	Гарнир гречневый		150/5	8,70	5,70	37,80	240,00	0,26			0,518	14,1		132,9	4,6
№ 292	Компот из кураги		200	1,30	0,10	32,40	130,00	0,02	0,4	0,29		39,4	0,92	24,94	0,84
Дели принт№1	Хлеб пшеничный		30	2,25	0,87	15,00	75,00	0,03			0,33	6	19,5	4,2	0,33
Де.пр.№1,2011	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		30	2,31	0,42	11,30	60,30	0,06			0,69	9,9	58,2	17,1	1,35
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>55,55</b>		<b>24,56</b>	<b>28,79</b>	<b>97,30</b>	<b>743,30</b>	<b>0,39</b>	<b>0,4</b>	<b>0,37</b>	<b>2,538</b>	<b>92,37</b>	<b>218</b>	<b>192,5</b>	<b>8,73</b>

Зав. Производством :

Калькулятор: