

Меню для школы № 5 (с 11 лет и старше)

Выход (г)	Номер	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
		<u>62-60</u>		
40	854,00	Зеленый горошек порционно (бланшированный).	ккал-18, Б-1, У-3, С-4, Натрий-158, Калий-44, Кальций-9, Магний-9, Фосфор-27	6-54
200/15	124,21	.Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной(200/15) <i>Капуста белокочанная, Картофель вымытый, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Сметана, Соль водородная, Зелень сушеная</i>	ккал-115, Б-2, Ж-8, У-9, А-1, С-25, РР-1, Натрий-332, Калий-285, Кальций-46, Магний-19, Фосфор-50, Железо-1	8-97
150/50	492,14	Плов из мяса птицы(150/50) <i>Куры н/ф, Масло сливочное, Лук репчатый, Морковь, Томатная паста, Крупа рисовая, Соль водородная, Лавровый лист</i>	ккал-440, Б-17, Ж-23, У-40, А-1, С-4, РР-6, Натрий-641, Калий-267, Кальций-32, Магний-47, Фосфор-210, Железо-2	35-62
40	718,05	Хлеб пшеничный (нарезной).	ккал-95, Б-3, У-19, Натрий-200, Калий-37, Кальций-8, Магний-6, Фосфор-26	1-44
30	717,00	Хлеб ржаной (нарезной).	ккал-54, Б-2, У-10, Натрий-183, Калий-74, Кальций-11, Магний-14, Фосфор-47, Железо-1	1-12
200	685,00	Чай с сахаром. <i>Чай, Сахар</i>	ккал-57, У-15, Калий-13, Кальций-3, Магний-2, Фосфор-4	1-28
50	856,05	Вафли в ассортименте (50)	ккал-205, Б-2, Ж-2, У-48	7-63
		Итого за 62-60	ккал-984, Б-27, Ж-33, У-144, А-2, С-33, РР-7, Натрий-1 514, Калий-720, Кальций-109, Магний-97, Фосфор-364, Железо-4	62-60
		Итого за	ккал-984, Б-27, Ж-33, У-144, А-2, С-33, РР-7, Натрий-1 514, Калий-720, Кальций-109, Магний-97, Фосфор-364, Железо-4	62-60

И.И. Ковалев

КШП ИПТ Ковалев И.Н.

25.09.2020

Меню для школы № 5 (8,00 руб. обл. б. + 4,60 руб. гор. б.)

Выход (г)	Номер	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
			<u>8,00+4,60</u>	
100	706,02	Каша молочная рисовая.. <i>Крупа рисовая, Молоко, Соль водородная, Сахар</i>	ккал-112, Б-3, Ж-2, У-21, С-1, Натрий-414, Калий-92, Кальций-63, Магний-18, Фосфор-77	5-41
5		Масло сливочное для каши молочной	ккал-37, Ж-4, Калий-1, Кальций-1, Фосфор-1	3-45
35	718,04	Батон (нарезной).	ккал-83, Б-3, У-17, Натрий-175, Калий-33, Кальций-7, Магний-5, Фосфор-23	2-46
200	685,03	Чай с сахаром,	ккал-45, У-12, Калий-13, Кальций-3, Магний-2, Фосфор-4	1-28
		Итого за 8,00+4,60	ккал-277, Б-6, Ж-6, У-50, С-1, Натрий-589, Калий-139, Кальций-74, Магний-25, Фосфор-105	12-60
		Итого за	ккал-277, Б-6, Ж-6, У-50, С-1, Натрий-589, Калий-139, Кальций-74, Магний-25, Фосфор-105	12-60

И.Н. Ковалев

КШП №11 Кошкин В.Н.

25.09.2020

Меню для школы № 5 (для детей на сумму 53,81)

Выход (г)	Номер	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
<u>53,81</u>				
50	22,00	Салат из свежих помидор со сладким перцем. <i>Помидор свежий, Лук репчатый, Перец сладкий, Масло подсолнечное дез. раф., Соль йодированная</i>	ккал-33, Ж-3, У-2, С-9, Натрий-197, Калий-112, Кальций-8, Магний-8, Фосфор-13	3-92
200	725,00	Вареники с вареным картофелем. <i>Вареники с вареной картошкой, Масло сливочное, Соль йодированная</i>	ккал-329, Б-5, Ж-17, У-27, С-6, РР-2, Натрий-2 036, Калий-961, Кальций-38, Магний-44, Фосфор-126, Железо-2	29-56
33	718,04	Батон (нарезной).	ккал-79, Б-3, У-16, Натрий-165, Калий-31, Кальций-7, Магний-5, Фосфор-21	2-36
200	779,03	Сок (нектар) в ассортименте.	ккал-76, Б-1, У-18, С-4, Натрий-12, Калий-240, Кальций-14, Магний-8, Фосфор-14, Железо-1	6-24
115	722,00	Яблоко мытое (поштучно)	ккал-52, У-11, С-12, Натрий-30, Калий-320, Кальций-18, Магний-10, Фосфор-13, Железо-3	11-73
Итого за 53,81			ккал-569, Б-9, Ж-20, У-74, С-31, РР-2, Натрий-2 440, Калий-1 664, Кальций-85, Магний-75, Фосфор-187, Железо-6	53-81
Итого за			ккал-569, Б-9, Ж-20, У-74, С-31, РР-2, Натрий-2 440, Калий-1 664, Кальций-85, Магний-75, Фосфор-187, Железо-6	53-81

С.А.











