


6 - день

Заведующий
Директор школы
И.М. Зубкова 01.10



Наименование блюда	Выход блюд (г, мг)		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамин С		Нормативы
	7-10 лет	11 лет и старше	Б		Ж		У		7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	
			7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше	7-10 лет	11 лет и старше					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
ЗАВТРАК													
Пудинг из творога (запечённый) с соусом	100	110	16,48	18,13	13,92	15,31	28,48	31,33	306,00	337,00	0,42	0,46	222/2011г.
Сыр российский	30	30	4,64	4,64	5,90	5,90	0,00	0,00	72,00	72,00	0,14	0,14	15/2011г.
Масло сливочное	10	10	0,08	0,08	7,25	7,25	0,13	0,13	66,00	66,00	0,00	0,00	14/2011г.
Какао с молоком	200	200	4,05	4,05	3,54	3,54	17,58	17,58	119,00	119,00	1,59	1,59	382/2011г.
Батон нарезной	80	100	6,40	8,00	0,80	1,00	42,40	55,00	200,00	250,00	0,00	0,00	Заводская упаковка
ОБЕД													
Салат из белокочанной капусты	70	100	0,92	1,31	2,27	3,30	4,53	6,46	42,28	60,40	11,97	17,10	42/2004г.
Суп «Полевой»	250	350	2,86	4,00	2,96	4,15	13,84	19,37	254,00	356,00	0,00	0,00	117/2004г.
Солянка домашняя	200	200	11,90	11,90	14,20	14,20	10,20	10,20	234,00	234,00	8,52	8,52	157/2004г.
Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,66	0,09	0,09	32,01	32,01	133,00	133,00	0,73	0,73	349/2011г.
Хлеб пеклеваный	80	120	5,60	8,40	0,80	1,20	33,84	50,76	165,00	247,00	0,00	0,00	Заводская упаковка
ПОЛДНИК													
Сок фруктовый	200	200	1,00	1,00	0,00	0,00	20,20	20,20	84,40	84,40	4,00	4,00	389/2011г.
Фрукты свежие	200	250	0,80	1,00	0,80	1,00	0,61	0,77	88,80	111,00	4,40	5,50	338/2011г.
Кондитерские изделия	30	30	4,00	4,00	18,00	18,00	65,00	65,00	122,00	122,00	0,00	0,00	Заводская упаковка
УЖИН													
Овощи натуральные свежие (огурцы)	70	100	0,49	0,70	0,07	0,10	1,33	1,90	8,40	12,00	3,43	4,90	71/2011г.
Котлета мясная	90	100	11,75	13,05	13,46	14,96	10,01	11,12	217,00	241,00	0,44	0,49	268/2011г.
Макароны отварные	150	200	5,66	7,55	0,67	0,89	31,92	42,56	156,00	208,00	0,00	0,00	202/2011г.
Чай с лимоном	200	200	0,13	0,13	0,02	0,02	15,20	15,20	62,00	62,00	2,83	2,83	377/2011г.
Хлеб пшеничный	50	80	4,01	6,41	0,77	1,23	24,37	38,98	123,00	196,00	0,00	0,00	Заводская упаковка

