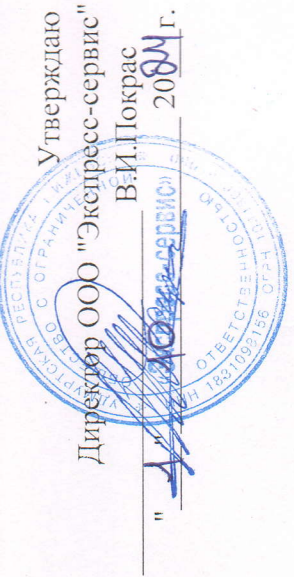




Согласовано
 КОУ «Школа №79»
 для детей с ограниченными возможностями здоровья"
 Е.В. Соснина
 20.10.19 г.



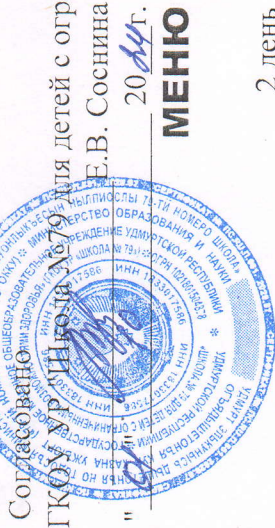
Утверждаю
 Директор ООО "Экспресс-сервис"
 В.И. Покрас
 20.10.19 г.

МЕНЮ

1 день ,понедельник, 7-11 лет, осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг	С, мг	С, мг
Завтрак																
302	Каша рисовая молочная	200	5,65	6,83	40,78	245,99	111,9	31,49	137,4	0,52	27,89	51,8	0,24	0,05	0,51	28,85
112	Омлет натуральный	50	4,37	5,13	1,09	67,88	38,11	5,85	69,7	0,73	57,48	100,66	0,21	0,02	0,1	19,46
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,40
685	Чай с сахаром	200,	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Завтрак'		500,00	14,50	13,91	84,81	517,55	159,3	43,41	240,7	1,77	86,34	154,15	1,76	0,13	0,62	
Обед																
132	Рассольник Ленинградский	250	2,17	3,97	17,20	111,47	22,05	22,87	64,47	0,9	17,7	235,65	0,25	0,08	6,7	19,95
ТТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	4,21	0,39	2,94	0,01	7,35	8	0,02	0	0,01	1,84
260	Туляш из свинины	50/50	11,29	26,26	3,50	294,97	21,58	19,72	121	1,21	0	16	2,3	0,52	3,02	59,53
508	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,49	6,97	44,30	262,63	18,14	124,5	187,2	4,21	23,9	45,51	0,64	0,22	0	16,64
2	Батон школьный	60,9	5,22	2,32	35,54	183,22	10,85	7,39	40,88	0,58	1,19	2,06	1,59	0,06	0	4,14
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,23
Итого за 'Обед'		785,39	31,14	42,30	114,78	948,15	82,23	178,8	417,9	7,3	54,45	307,35	4,86	0,9	10,85	173,00

08.10



Согласовано _____
 ГБОУ СОШ № 170 для детей с ограниченными возможностями здоровья"
 Е.В. Соснина
 " 20 04 г.

МЕНЮ

2 день, вторник, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
173	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	150	6,13	7,52	32,29	219,30	95,74	28,85	145,6	1,54	35,55	65,48	0,75	0,1	0,39	22,99
2	Батон школьный	53,1	4,55	2,02	30,99	159,75	9,46	6,44	35,65	0,5	1,04	1,79	1,38	0,06	0	3,61
338	Яблоки свежие	150	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15	29,25
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	7,94
Итого за 'Завтрак'		553,09	12,83	11,29	96,62	529,10	182,4	54,89	236,9	5,43	42,59	85,77	2,43	0,22	15,65	
Обед																
148	Суп-лапша с окорочком	250/12,5	5,95	5,63	15,26	134,19	21,23	11,01	27,75	0,81	22,02	232,65	0,46	0,05	0,6	24,10
155	Гуляш куриный	50/50	13,24	5,38	4,78	119,90	11,79	5,6	15,31	0,31	0	21,5	2,33	0,01	1,31	46,56
94/2008	Рис припущенный	160	3,71	4,60	39,08	213,10	11,45	24,77	75,41	0,55	20,01	36,92	0,28	0,03	0	18,51
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0	8,01
2	Батон школьный	100	8,58	3,81	58,36	300,91	17,82	12,13	67,14	0,95	1,95	3,38	2,61	0,1	0	6,80
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,23
Итого за 'Обед'		834,50	31,76	23,10	131,62	856,83	66,34	54,25	188,5	2,71	63,98	317,09	5,75	0,2	3,03	173,00

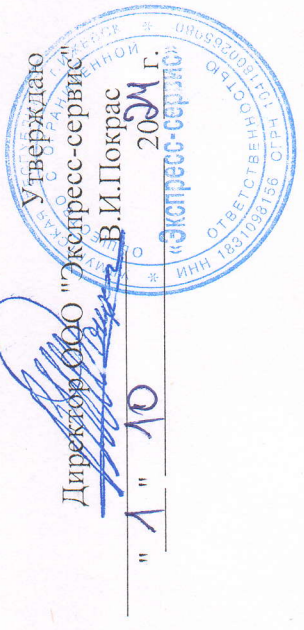
0110



для детей с ограниченными возможностями здоровья"
 Е.В. Соснина
 20 09 г.

МЕНЮ

3 день, среда, 7-11 лет, осенне-зимний период



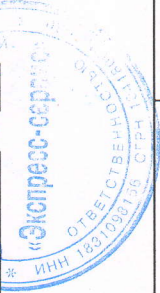
Директор ООО "Экспресс-сервис"
 В.И. Покрас
 20 09 г.

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
302/2004	Каша пшеничная молочная	200	8,05	9,25	41,41	278,96	117,4	47,99	178,3	1,31	40,88	76,71	0,31	0,18	0,5	24,41
2	Батон школьный	53,2	4,57	2,03	31,07	160,20	9,49	6,46	35,75	0,51	1,04	1,8	1,39	0,06	0	3,62
ТК 15	Сдоба Выборгская	50	3,53	2,87	30,14	158,56	13,62	6,64	31,52	0,48	1,95	3,38	1,6	0,04	0,01	5,26
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Завтрак'		503,24	16,34	14,20	116,38	650,96	140,9	61,09	245,6	2,34	43,87	81,89	3,3	0,28	0,51	
Обед																
13	Салат из белокачанной капусты с растительным маслом	100	1,52	4,98	10,99	90,29	45,36	16,43	30,59	0,59	0	202,37	2,32	0,03	35,33	7,69
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	36,2	20	45	0,96	17,7	190,75	0,2	0,04	8,06	17,26
ТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
252	Сметана	5	0,12	0,98	0,17	10,06	4,21	0,39	2,94	0,01	7,35	8	0,02	0	0,01	1,84
4	Котлета Волна /филе/	90	17,33	6,05	13,34	176,44	28,35	8,94	44,54	0,68	21,6	34,38	2,63	0,03	0,22	55,81
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	23,79
2	Батон школьный	100	8,58	3,81	58,36	300,91	17,82	12,13	67,14	0,95	1,95	3,38	2,61	0,1	0	6,80
705	Напиток из шиповника	200	0,64	0,25	31,18	118,98	11,09	2,96	2,96	0,57	0	163,4	0,76	0,01	80	12,56
Итого за 'Обед'		907,50	36,56	26,93	149,06	962,72	186,8	92,52	278,5	5,13	72,12	641,97	8,79	0,35	133,9	173,00

010



Утверждено
 Директор ООО "Экспресс-сервис"
 В.И.Покрас
 " 20 24 г.



Согласовано
 для детей с ограниченными возможностями здоровья"
 Е.В. Соснина
 20 24 г.

МЕНЮ

4 день, четверг, 7-11 лет, осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
302	Каша манная молочная	200	7,03	6,83	39,60	246,07	116,5	19,13	112,3	0,52	27,89	51,8	0,73	0,07	0,51	24,73
112	Омлет натуральный	50	4,37	5,13	1,09	67,88	38,11	5,85	69,7	0,73	57,48	100,66	0,21	0,02	0,1	19,46
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
1/2010	Бутерброд с сыром	40/10	5,94	4,10	22,88	152,31	105	10,15	85,12	0,44	21,34	25,15	1,08	0,04	0,07	14,90
Итого за 'Завтрак'		500,00	17,53	16,11	77,33	519,50	60	35,13	267,1	1,73	106,7	177,61	2,03	0,14	0,68	
Обед																
41	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,69	3,81	9,78	77,00	35,87	17,87	40,59	0,69	17,7	235,05	0,19	0,04	12	15,30
173	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
252	Сметана	10	0,25	1,96	0,33	20,12	8,43	0,78	5,88	0,02	14,7	16	0,04	0	0,03	3,69
239	Котлета куриная (с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52,09	11,47	47,9	0,72	4,1	11,02	2,93	0,05	0,31	47,21
173	Каша вязкая пшеничная	150	4,28	8,56	31,76	219,27	19,63	22,27	98,51	1,68	57,82	65,3	0,78	0,11	0	19,53
2	Батон школьный	84,1	7,21	3,21	49,10	253,12	14,99	10,21	56,48	0,8	1,64	2,84	2,19	0,09	0	5,72
254	Напиток лимонный	200	0,14	0,01	22,52	88,47	6,27	1,67	3,06	0,15	0	0,32	0,03	0	2,56	8,50
Итого за 'Обед'		796,62	32,65	25,08	131,32	872,12	139,8	67,4	252,4	4,36	100,3	330,53	6,22	0,32	14,9	173,00

0110



Согласовано
 КОУ АР "Школа №79" для детей с ограниченными возможностями здоровья"
 Е.В. Соснина
 20.11.2019 г.

МЕНЮ

5 день, пятница, 7-11 лет, осенне- зимний период

Утверждаю
 Директор ООО "Экспресс-сервис"
 В.И.Покрас
 20.11.2019 г.



№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, всего	Жиры, всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)					Витамины			Цена, руб.	
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг		С, мг
Завтрак																
251	Запеканка из творога с морковью	50	7,77	4,74	6,74	100,82	60,33	12,28	82,47	0,31	17,79	262,44	0,62	0,02	0,31	23,92
ТТК 152	Сгущенное молоко (соус)	10	0,68	0,75	5,05	28,75	27,02	2,96	19,05	0,02	2,52	4,7	0,02	0	0,04	4,68
302	Каша овсяная молочная	200	8,99	10,31	44,23	298,62	152,7	71,66	263,7	2,11	46	51,27	0,92	0,28	1,25	24,02
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,40
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Завтрак'		510,00	21,90	17,75	98,97	631,88	249,3	92,97	398,8	2,95	67,29	320,1	2,87	0,36	1,6	
Обед																
131/2004	Рассольник Домашний	250	2,14	3,95	15,54	103,91	30,19	24,53	58,33	0,96	17,7	236,25	0,22	0,08	10,5	21,34
271	Котлеты домашние	90	5,23	12,90	11,53	182,75	12,28	10,16	58,06	0,76	2,96	3,34	2,61	0,15	0,22	55,93
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	20,73
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0	8,01
2	Батон школьный	75,5	6,47	2,88	44,04	227,03	13,44	9,16	50,66	0,72	1,47	2,55	1,97	0,08	0	5,13
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Обед'		770,45	19,52	27,62	120,04	799,71	75,32	51,65	210,8	3,3	59,82	297,25	5,69	0,37	10,72	173,00

0110

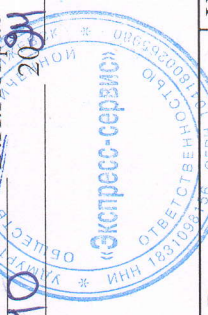


Согласовано _____ для детей с ограниченными возможностями здоровья"
 ГБОУ ВПО "Николаевский институт образования" Е.В. Соснина
 2014 г.

МЕНЮ

6 день, понедельник, 7-11 лет, осенне-зимний период

Утверждаю _____
 Директор ООО "Экспресс-сервис"
 В.И.Покрас
 2014 г.



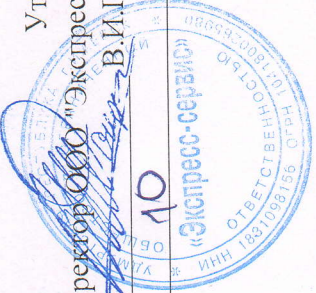
№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
160/2004	Суп молочный с макаронами	250	5,48	4,43	20,65	143,15	142,1	18,39	114,7	0,45	22,08	40,56	0,32	0,06	0,65	20,90
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,40
759	Слойка с повидлом	50	2,42	7,28	25,76	221,77	8,92	4,49	3,83	0,49	24,7	41,27	0,53	0,03	0,04	20,69
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Завтрак'		550,00	12,37	13,67	89,35	568,60	160,3	28,95	152,1	1,45	47,76	83,52	2,16	0,14	0,69	
Обед																
56	Суп из овощей	250	1,93	3,86	12,18	88,19	26,79	20,34	51,08	0,73	17,7	240,11	0,2	0,08	9	18,98
ГТК 197	Окорочок куриный / 1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
268	Котлеты, биточки, шницели (свинина)	90	11,92	21,64	15,53	304,10	35,61	22,86	128,8	1,55	3,71	5,3	3,24	0,35	0,06	61,27
510	Каша гречневая вязкая	150	4,47	4,94	23,28	149,48	12,02	65,54	99,08	2,23	18,76	35,36	0,35	0,12	0	13,91
2	Батон школьный	73,7	6,32	2,81	43,00	221,71	13,13	8,94	49,47	0,7	1,44	2,49	1,92	0,08	0	5,01
157	Напиток апельсиновый	200	0,19	0,04	25,69	98,79	8,04	2,8	4,96	0,14	0	1,76	0,04	0,01	12,94	14,88
Итого за 'Обед'		776,18	28,43	35,04	119,68	892,36	98,12	123,6	333,4	5,66	45,93	285,02	5,8	0,64	21,99	173,00

0.0



Согласовано
ГКОН МР "Школа №79" для детей с ограниченными возможностями здоровья"
Е.В. Соснина
20.10.2021 г.
МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"
В.И. Покрас
"1" 10 2021 г.



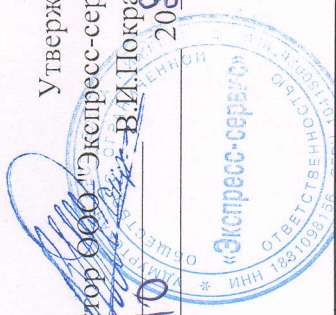
7 день, вторник, 7-11 лет, осенне-зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углеводы, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
119	Каша Дружба	162,9	5,81	7,19	36,08	230,78	103,7	36,47	144,6	0,84	47,08	53,68	0,19	0,13	1,01	19,52
1/2011	Бутерброд с маслом	40	2,57	9,21	17,24	161,73	6,41	3,57	21,6	0,3	58,39	66,31	0,88	0,03	0	18,06
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
338	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15	29,25
Итого за 'Завтрак'		552,94	9,17	17,04	84,47	518,76	134,5	53,54	182,7	4,48	105,5	127,49	1,37	0,2	16,01	
Обед																
148	Суп-лапша с окорочком	250/12,5	5,95	5,63	15,26	134,19	21,23	11,01	27,75	0,81	22,02	232,65	0,46	0,05	0,6	24,10
239	Котлета куриная (с луком)	90	15,49	5,79	17,83	184,03	52,09	11,47	47,9	0,72	4,1	11,02	2,93	0,05	0,31	47,21
534	Капуста тушеная	150	3,36	4,03	17,08	110,61	83,08	27,74	56,57	1,11	18,76	106,97	0,3	0,04	31,63	22,22
2	Батон школьный	100	8,58	3,81	58,36	300,91	17,82	12,13	67,14	0,95	1,95	3,38	2,61	0,1	0	6,80
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Обед'		802,50	33,56	19,30	122,28	782,97	174,6	62,36	199,4	3,62	46,84	354,02	6,3	0,25	32,55	173,00

0.10

Согласовано №79
ГКОУ УР "Школа №79" для детей с ограниченными возможностями здоровья"
Е.В. Соснина
20 10 г.
МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"
В.И.Покрас
20 10 г.



8 день, среда, 7-11 лет, осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				Цена, руб.	
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг	В1, мг		С, мг
Завтрак																
1	Салат из свежих огурцов	100	0,63	7,81	3,56	85,15	20,94	10	30,96	0,46	7,5	4,49	0,02	3,2	21,97	
333	Макаронны с сыром	150	8,30	7,94	28,72	220,07	145,7	13,29	110,8	0,72	18,9	2,75	0,04	0,04	30,37	
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,3	0,05	0	3,40	
685	Чай с сахаром	200'	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	2,92	
Итого за 'Завтрак'		500,00	13,40	17,70	75,22	508,90	75,9	29,36	175,4	1,69	19,88	44,89	8,54	0,12	3,24	
Обед																
39	Борщ из св.капусты с картофелем	250	1,67	3,80	13,44	90,60	36,2	20	45	0,96	17,7	190,75	0,2	0,04	8,06	17,26
ТК 197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
260	Гуляш из свинины	50/50	11,29	26,26	3,50	294,97	21,58	19,72	121	1,21	0	16	2,3	0,52	3,02	59,53
94/2008	Рис припущенный	150	3,48	4,31	36,63	199,78	10,73	23,22	70,69	0,52	18,76	34,61	0,26	0,03	0	17,36
2	Батон школьный	57,7	4,94	2,20	33,65	173,47	10,27	7	38,71	0,55	1,12	1,95	1,5	0,06	0	3,92
686	Чай с лимоном	200/7	0,24	0,05	14,07	55,70	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0,14	0,01	0	1,12	5,23
Итого за 'Обед'		777,15	25,24	38,37	101,30	844,62	84,18	73,8	276,8	3,63	41,91	243,45	4,33	0,67	12,2	173,00

0110



Согласовано
ГКОУ «Р.Школа №79»
для детей с ограниченными возможностями здоровья"
Е.В. Соснина
" 20 04 г.
МЕНЮ

Утверждаю
Директор ООО "Экспресс-сервис"
В.И.Покрас
" 1 " 10 2021 г.



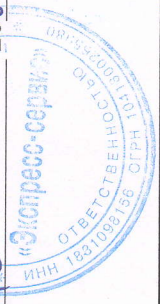
9 день, четверг, 7-11 лет, осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
302/2004	Каша пшенная молочная	200	8,05	9,25	41,41	278,96	117,4	47,99	178,3	1,31	40,88	76,71	0,31	0,18	0,5	24,41
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,40
ГТК 161	Слойка с вареной сгущенкой	50	3,61	8,96	23,01	234,88	51,87	8,4	33,94	0,31	30,5	51,77	0,57	0,04	0,07	25,22
147	Чай с молоком	200'	1,55	1,14	15,94	77,03	53,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	7,94
Итого за 'Завтрак'		500,00	17,50	21,26	109,54	741,33	31,3	68,55	284,9	2,18	78,36	141,17	2,19	0,28	0,83	
Обед																
ГТК 161	Салат из свежих помидоров	60	0,59	5,79	2,26	62,92	18,08	9,62	13,15	0,46	0	95,82	3,05	0,02	2,82	13,35
48	Суп Крестьянский с крупой	250	1,91	3,86	14,73	99,02	27,68	18,44	45,72	0,63	17,7	234,3	0,21	0,04	8	15,33
ГТК 197	Окорочок куриный /1 блока/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
244	Голубцы Нежность	90/42	9,32	4,13	9,48	109,80	32,44	13,27	30,73	0,52	5,32	79,86	1,1	0,02	10,28	39,17
92	Картофельное пюре	150	3,09	5,31	21,58	145,34	41,19	28,53	85,3	1,05	19,2	39,69	0,2	0,12	10,28	23,79
2	Батон школьный	94,6	8,11	3,61	55,19	284,54	16,85	11,47	63,49	0,9	1,84	3,2	2,47	0,1	0	6,43
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Обед'		899,06	26,81	24,48	116,99	784,95	139,2	84,47	238,4	3,92	48,39	452,87	7,07	0,31	31,39	173,00

0110



Утверждаю
 Директор ООО "Экспресс-сервис"
 В.И.Покрас
 " 1 " 10 2021 г.



для детей с ограниченными возможностями здоровья"
 Е.В. Соснина
 20.10.2021 г.
МЕНЮ

10 день, пятница, 7-11 лет, осенне- зимний период

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры, всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины			Цена, руб.		
							Ca	Mg	P	Fe	A, мкг	РЭ, мкг	ТЭ, мг		В1, мг	С, мг
Завтрак																
268	Десерт в фруктовом соусе	70,4	0,32	0,17	23,04	89,36	11,87	6,85	8,89	1,05	0	20,17	0,25	0,02	4,26	15,96
173	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы	200	8,18	10,03	43,06	292,40	127,7	38,47	194,1	2,06	47,4	87,3	1	0,14	0,52	30,65
2	Батон школьный	50	4,29	1,91	29,18	150,45	8,91	6,07	33,57	0,47	0,98	1,69	1,3	0,05	0	3,40
147	Чай с молоком	200	1,55	1,14	15,94	77,03	3,2	6,09	39,15	0,08	6	11	0	0,01	0,26	7,94
Итого за 'Завтрак'		520,38	14,33	13,26	111,22	609,25	201,6	57,48	275,8	3,67	54,38	120,16	2,56	0,22	5,04	
Обед																
41	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,69	3,81	9,78	77,00	35,87	17,87	40,59	0,69	17,7	235,05	0,19	0,04	12	15,30
197	Окорочок куриный /1 блюда/	12,5	3,60	1,74	0,00	30,10	2,53	3,13	0	0,31	4,32	0	0,05	0,01	0	11,04
252	Сметана	10	0,25	1,96	0,33	20,12	8,43	0,78	5,88	0,02	14,7	16	0,04	0	0,03	3,69
155	Гуляш куриный	50/50	13,24	5,38	4,78	119,90	11,79	5,6	15,31	0,31	0	21,5	2,33	0,01	1,31	46,56
97	Макаронные изделия отварные	150	5,45	4,23	35,10	199,76	17,81	7,81	42,28	0,81	17,68	32,62	0,84	0,06	0	20,73
280	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,03	1,2	0	1,5	0,01	20	22,5	0,05	0	0	8,01
2	Батон школьный	100	8,58	3,81	58,36	300,91	17,82	12,13	67,14	0,95	1,95	3,38	2,61	0,1	0	6,80
685	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	13,76	53,23	0,4	0	0,04	0	0	0	0	0	0	2,92
Итого за 'Обед'		827,50	33,03	24,60	122,18	834,04	95,84	47,33	172,7	3,14	76,35	331,05	6,11	0,24	13,34	173,00

02.10