

Меню школьных завтраков
 возрастная группа с 7 до 11 лет
 Подвоз, инвалиды, ОВЗ -100р
 Сезон: осенний

ДЕНЬ № 12

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
	ЗАВТРАК													
67	Омлет с сыром	150	15,6	16,35	2,7	220,2	0,07	0,52	0,33	0,78	112,35	250,35	18,81	2,79
24	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0	16,95	69	0,01	19,5	0,04	0	24	16,5	13,5	3,3
2	Масло сливочное порциями	20	0,2	14,4	0,3	130,86	0	0	0,08	0	4,8	4	0,6	0,04
115	Какао с молоком	200	3,6	2,8	23,4	133,4	0,04	1,3	0,02	0	127,74	116,2	21,64	0,74
121	Батон пшеничный	30	2,16	0,81	14,73	75,66	0,04	0	0	0,51	7,5	24,6	9,9	0,45
120	Хлеб ржаной	20	1,14	0,22	7,44	36,26	0,02	0,08	0	0,06	6,8	24	8,2	0,46
	Итого за прием пищи:		23,3	34,58	65,52	665,38	0,18	21,4	0,47	1,35	283,19	435,65	72,65	7,78
	ОБЕД													
№185/ 2009	Сардельки отварные с маслом	80/5	6,62	16,04	1,57	179,72	0,13	0	0,02	0	6	105,95	12,05	1,27
52	Картофель запеченный	150	3,15	4,5	17,55	122,85	0,16	25,3	0	5,53	16,26	94,6	35,32	15,9
№257/ 2009	Кофейный напиток на сгущ. молоке	200	2,01	2,39	25,65	131,87	0,02	0,28	0,01		86,15	9,52	61,32	0,09
119	Хлеб пшеничный	30	3,19	0,31	19,89	84	0,05	0	0	0,08	16,65	98,1	29,25	1,26
	Итого за прием пищи:		37,01	28,58	114,79	836,02	0,76	19,42	0,16	9,24	125,46	598,86	250,79	11,35