

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ

По городским школьным столовым для питания учащихся в зимний период
 Возрастная категория с 7 до 11 лет



День недели	Наименование блюда	Цена	Выход	Завтрак										
				Б	Ж	У	Ккал	Са	Mg	Fe	Ca	B1	B2	
понедельник	сб. Москва № 395	45,01	155	15,3	14,56	37,53	297,1	161,2	29,7	0,46	1,53	0,04	0,21	0,17
	54-4гн	2,21	200	0,2	1,1	6,5	26,8	4,5	3,8	0,73	0,4	0,03	0	0,01
	Рецептура №88 пр	2,33	30	1,86	0,26	9,6	44,6	6	4,2	0,26	0	0,03	0,03	0,01
	Пром	26,52	130	0,03	0	15,14	105	53	13	1,5	12,6	0,04	0,04	0,09
	ИТОГО :	76,07	505	17,39	15,92	68,77	473,5	224,7	50,7	2,95	14,53	0,14	0,28	0,28
вторник	54-25м	56,35	100	11,29	6,73	3,96	113,8	120,7	41,5	1,89	12,2	0,09	0,08	0,06
	сб. Москва № 445	13,62	180	3,79	7,93	39,69	254,6	40,68	4,56	0,16	0	0,02	0,15	0,15
	Сб. Москва № 422	10,04	200	1,4	1,6	22,31	105	60,4	7	0,09	0,65	0,01	0,02	0,07
	Рецептура №88 пр	2,33	30	1,86	0,26	9,6	44,6	6	4,2	0,26	0	0,03	0,03	0,01
	ИТОГО :	82,34	510	18,34	16,52	75,56	518	227,8	57,26	2,4	12,85	0,15	0,28	0,29
среда	сб. Москва №90	18,64	20/40	7,7	2,7	19,62	137,3	73,8	15,5	0,52	2,32	0,04	0,07	0,08
	Сб. Москва № 321	22,33	205	7,22	13,51	31,19	277,2	137,9	27,12	1,4	1,19	0,06	0,18	0,15
	54-3гн	5,3	200	1,6	1,1	8,7	50,9	57	9,9	0,6	10,3	0,03	0,01	0,07
	Пр. производство	6,91	36	1,8	2,4	11,6	70,8	4,8	7,2	0,36	0	0,01	0,04	0,05
	ИТОГО :	53,18	501	18,32	19,71	71,11	536,2	273,5	59,72	2,88	13,81	0,14	0,3	0,35
четверг	сб. Москва № 62	6,62	60	0,74	0,06	6,88	89,2	15,5	21,6	0,4	5,02	0,1	0,05	0,18
	Единый сб. № 276	56,61	200	13	16,2	44,2	298,5	193	23,8	1,5	7,3	0,03	0,16	0,1
	54-4гн	2,21	200	0,2	1,1	6,5	26,8	4,5	3,8	0,73	0,4	0,03	0	0,01
	Рецептура №88 пр	3,11	40	2,48	0,32	14,8	60,46	8	5,6	0,35	0	0,03	0,03	0,05
	ИТОГО :	68,55	500	16,42	17,68	72,38	475	221	54,8	2,98	12,72	0,19	0,24	0,34
пятница	Сб. Москва № 157	44,23	90	8,8	8,91	15,21	216,3	172,4	17	1,41	13,96	0,08	0,1	0,1
	Сб. Москва № 447	16,04	180	6,57	5,98	41,85	253,8	37,14	30,09	0,1	0	0,01	0,14	0,17
	54-4гн	7,77	200	1,6	1,1	8,7	50,9	57	9,9	0,77	0,03	0,07	0,01	0,07
	Рецептура №88 пр	2,33	30	1,86	0,26	9,6	44,6	6	4,2	0,26	0	0,03	0,03	0,01
	ИТОГО :	70,37	500	18,83	16,25	75,36	565,6	272,6	61,19	2,54	13,99	0,19	0,28	0,35
	ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ	350,51		89,3	86,08	363,2	2568	1220	283,7	13,75	67,9	0,81	1,38	1,61
	Средняя в день	70,10		17,86	17,22	72,64	513,6	243,9	56,73	2,75	13,58	0,16	0,28	0,32