



Утверждаю

Директор МКОУ «ММСОШ - интернат»

М.Д.Гасанова

Меню требование

Количество довольствующихся _____

Организация МКОУ «ММСОШ - интернат»

Дата 1.03.21 - 13.03.21г.

С.Маджалис

| Наименование блюда | всего грамм | ОТХ | НЕТТО | Белки | Жиры | Углеводы | э/ц ккл | Витамины, мг на 100 г | | | Минеральные в-ва | | | | цена | сумма | |
|--------------------------|---------------|--------------|---------------|-------------|-------------|--------------|---------------|-----------------------|--------------|-------------|------------------|--------------|--------------|-------------|---------------|--------------|--|
| | | | | | | | | В1 | С | А | Са | Р | Mg | Fe | | | |
| ДЕНЬ № 11 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1.салат из овощей | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| зеленый горох | 5,00 | 0,00 | 5,00 | 0,16 | 0,01 | 0,33 | 2,00 | 0,01 | 0,50 | 0,00 | 1,00 | 3,10 | 1,05 | 0,04 | 180,00 | 0,90 | |
| морковь | 25,00 | 5,00 | 20,00 | 0,26 | 0,020 | 1,44 | 6,00 | 0,01 | 1,00 | 0,00 | 10,20 | 11,00 | 7,60 | 0,14 | 60,00 | 1,5 | |
| картофель | 25,00 | 6,25 | 18,75 | 0,38 | 0,08 | 3,06 | 15,00 | 0,02 | 3,75 | 0,00 | 1,88 | 10,88 | 4,31 | 0,17 | 57,00 | 1,43 | |
| свекла | 25,00 | 5,00 | 20,00 | 0,30 | 0,02 | 1,82 | 8,40 | 0,00 | 2,00 | 0,00 | 7,40 | 8,60 | 4,40 | 0,28 | 60,00 | 1,50 | |
| растит. масло | 3,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 2,997 | 0,00 | 0,27 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 150,00 | 0,45 | |
| ИТОГО | 78,00 | 16,25 | 66,75 | 0,94 | 3,11 | 6,32 | 29,67 | 0,04 | 6,75 | 0,00 | 19,48 | 30,48 | 16,31 | 0,59 | | 5,78 | |
| 2.борщ с мясом | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| лук | 18,00 | 2,88 | 15,12 | 0,21 | 0 | 1,38 | 6,20 | 0,01 | 1,51 | 0,00 | 4,69 | 8,77 | 2,12 | 0,12 | 40,00 | 0,72 | |
| мясо говядина | 56,00 | 14,56 | 41,44 | 7,71 | 6,63 | 0,00 | 90,34 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 3,73 | 77,91 | 9,12 | 1,12 | 490,00 | 27,44 | |
| томат | 4,00 | 0,00 | 4,00 | 0,04 | 0,00 | 0,14 | 0,76 | 0,00 | 0,40 | 0,00 | 0,28 | 1,28 | 0,48 | 0,03 | 150,00 | 0,60 | |
| морковь | 21,00 | 4,20 | 16,80 | 0,22 | 0,017 | 1,21 | 5,04 | 0,01 | 0,84 | 0,00 | 8,57 | 9,24 | 6,38 | 0,12 | 60,00 | 1,26 | |
| капуста | 50,00 | 10,00 | 40,00 | 0,72 | 0,040 | 1,88 | 10,80 | 0,01 | 18,00 | 0,00 | 19,20 | 12,40 | 6,40 | 0,24 | 30,00 | 1,5 | |
| свекла | 52,00 | 10,40 | 41,60 | 0,62 | 0,04 | 3,79 | 17,47 | 0,01 | 4,16 | 0,00 | 15,39 | 17,89 | 9,15 | 0,58 | 60,00 | 3,12 | |
| растит. масло | 3,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 2,997 | 0,00 | 26,97 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 150,00 | 0,45 | |
| картофель | 30,00 | 6,00 | 24,00 | 0,48 | 0,10 | 3,91 | 19,20 | 0,03 | 4,80 | 0,00 | 2,40 | 13,92 | 5,52 | 0,22 | 57,00 | 1,71 | |
| ИТОГО | 216,00 | 16,40 | 250,00 | 1,10 | 3,13 | 7,70 | 63,64 | 0,04 | 8,96 | 0,00 | 17,79 | 31,81 | 14,67 | 0,80 | | 36,80 | |
| 3.хлеб | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО | 50,00 | 0,00 | 50,00 | 3,95 | 0,50 | 24,05 | 119,50 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 11,50 | 43,50 | 16,50 | 1,00 | 50,00 | 2,50 | |
| 4.компот | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| сухофрукты | 15,00 | 0,00 | 15,00 | 0,78 | 0,00 | 8,25 | 35,10 | 0,02 | 0,60 | 0,00 | 24,00 | 21,90 | 15,75 | 0,48 | 350,00 | 5,25 | |
| сахар | 10,00 | 0,00 | 10,00 | 0,00 | 0,00 | 9,98 | 37,90 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,20 | 0,00 | 0,00 | 0,03 | 60,00 | 0,60 | |
| ИТОГО | 25,00 | 0,00 | 150,00 | 0,78 | 0,00 | 18,23 | 73,00 | 0,02 | 0,60 | 0,00 | 24,20 | 21,90 | 15,75 | 0,51 | | 5,85 | |
| 5.яблоки | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО | 100,00 | 0,00 | 100,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 45,00 | 0,03 | 13,00 | 0,00 | 16,00 | 11,00 | 9,00 | 2,20 | 100,00 | 10,00 | |
| 6.соль | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО | 3,000 | 0,00 | 3,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 20,00 | 0,060 | |

