



Согласовано:
Директор
Дата: 06.09.2023

(И.О. Фамилия)
06.09.2023



Согласовано:
Директор ООО "Общепит"
Дата: 06.09.2023

Меню для обучающихся образовательных учреждений
Возрастной категории: с 12 лет и старше на 06 сентября 2023 года

№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества								
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак	14 Масло сливочное топлен.	10	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	
	223 Запеканка творожная с повидлом	220(200/20)	493,29	31,68	23,99	37,47	0,09	0,58	0,14	0,67	320,56	439,74	43,98	1,47	
	377 Чай с лимоном	200(15/7)	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
	Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44	
338	Яблоки с сахарными	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1	
	Итого	570	60,3	767,45	35,33	32,99	81,99	0,16	7,38	0,19	1,22	343,76	477,78	52,42	2,97
Обед	47 Салат из свежей капусты с раст. маслом	130	81,19	1,59	4,99	7,12	0,02	27,3	0,03	2,38	48,88	27,71	14,76	0,59	
	103 Суп картофельный с макарон. изделиями	250	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,22	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08	
	277 Рыба припущенная с соусом	100(50/50)	65,76	9,29	1,78	3,29	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	100,19	3,1	0,1	
	312 Пюре картофельное	230	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52	
	707 Компот из яблок	200	108,83	0,36	0	28,06	0,03	0	0	0,1	15,87	25,59	8,33	0,6	
	209 Ябло вареное	40	62,8	5,08	4,6	0,28	0,03	0	0,1	0,24	22	76,8	4,8	1	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	94,5	3,65	0,65	17,75	0,09	0	0	0,7	18,5	89	27,5	1,35	
	Итого	920	73,3	788,45	27,57	27,32	107,64	0,55	57,89	0,75	5,61	725,98	510,4	129,34	6,24

Обед

103	Суп картофельный с макарон. изделиями и мясом	250	14,2	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08
	Повар														
	Медведстра														

С.А. Мухоморова