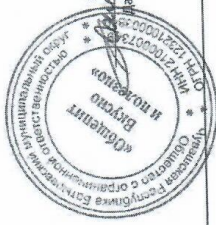


Утверждаю:
 Директор ООО "Общепит"
 Санжаров Р.Ш.



Согласовано:
 Директор
 Дата: 22.09.23

Меню на 12 сентября 2023 года для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества									
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
330/223	Запеканка творожная со сметан. соус.	215(180/35)	31	409,5	28,74	21,95	23,41	0,09	0,47	0,13	0,65	290,25	397,38	39,1	1,11		
376	Чай с сахаром	200(15)	3,2	56,85	0,1	0,03	14,89	0	0	0	0	0	0	0	0		
2	Бутерброд с повидлом	55	8,3	156,7	2,38	4,39	27,11	0,05	0,1	0,02	0,44	10,9	29,4	11,3	0,87		
40	Хлеб пшеничный	40	3,2	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44		
209	Вяло вареное	40	8	62,8	5,08	4,6	0,28	0,28	0,1	0,24	22	76,8	4,8	4,8	1		
	Итого :	550	53,7	781,05	39,34	31,29	85,23	0,21	0,57	0,25	1,37	331,15	529,58	60,8	3,42		
67	Винегрет овощной	100	7,8	124,34	1,34	10,11	6,86	0,05	12,95	0,22	4,54	26,65	41,08	18,53	0,77		
82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255(250/5)	10	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24		
294	Котлеты из птицы рубленные с соусом	100(50/50)	36	110,05	9,79	10,39	10,8	0,03	0,77	0,02	1,53	25,95	22,66	8,82	0,4		
304	Рис отварной	200	12,5	266,9	4,88	8,14	47,83	0,03	0	0,04	0,38	3,48	82,62	25,56	0,59		
349	Компот из сухофруктов	200	5,5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб Дарницкий	40	3,2	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Итого	895	75	840,23	21,74	34,96	112,07	0,16	26,07	0,55	8,95	101,09	204,42	81,24	3,1		
82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255(250/5)	18	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24		
291	Плов из птицы	200	44,3	305,34	16,94	10,46	35,74	0,1	0,14	0,1	1,35	46,34	175,34	54,04	1,98		

Лавру: 200г
 Артамонова 20

19.09.23 - 40,80