



Меню для обучающихся образовательных учреждений  
 Возрастная категория: с 12 лет и старше на 20 сентября 2023 года

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
14	Масло сливочное порц.	10	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0,04	0	0,1	2,4	3	0	0,02	
223	Заварная творожная с повидлом	220(200/20)	493,29	31,68	23,99	37,47	0,09	0,58	0,14	0,67	320,56	439,24	43,98	1,47	
377	Чай с лимоном	200(15/7)	2,7	59,16	0,16	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
	Хлеб пшеничный	40	2,56	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0,04	8	26	5,6	0,44	
	Хлеб пшеничный	100	6	45	0,4	0,4	9,8	4	0,01	0,4	10	8	2	1	
338	Яблоки св порциями	570	56,26	767,45	35,33	32,99	81,99	0,16	7,38	1,22	343,76	477,78	52,42	2,97	
	Итого														
47	Салат из свежей капусты с раст маслом	100	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	750	6,2	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	68,25	28,3	1,08	
227	Рыба припущенная с соусом	100(50/50)	38	65,76	9,29	1,78	3,29	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	100,19	3,1	
312	Пюре картофельное	230	9,95	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	
707	Компот из яблок	200	5	108,83	0,36	4,6	0,28	0,03	0	0,1	15,87	25,59	8,33	0,6	
209	Ябло вареное	40	8	62,8	5,08	4,6	0,28	0,03	0	0,1	15,87	25,59	8,33	0,6	
	Хлеб ржано пшеничный	50	3,2	94,5	3,65	17,75	0,09	0	0,7	18,5	89	27,5	1,35		
	Итого	970	74,35	788,45	27,57	27,32	107,64	0,55	57,89	0,75	5,61	225,98	514,4	129,34	6,24

обед	Суп картофельный с макарон изделиями м.	250	15,2	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	68,25	28,3	1,08
	Итого													

Повар *С.С. Савицкий*  
 Медсестра \_\_\_\_\_