

Согласовано  
 Директор школы  
 Дата 02.10.23

Утверждаю:  
 Директор  
 Школы  
 "Бюджетного учреждения  
 образования  
 Московской области  
 "Средняя общеобразовательная школа № 102  
 с углубленным изучением  
 отдельных предметов"  
 Дата 02.10.23

Меню на 02 октября 2023 года  
 для обучающихся образовательных учреждений  
 Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества								
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
15	Сыр порционные	25	14,2	90	5,75	5,97	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25
173	Каша молочная с маслом	210(200/10)	16,46	320,3	8,53	13,28	43,61	0,19	1,3	0,06	0,25	134,54	207,4	54,94	1,46
379	Корфейный напиток с молоком	200	10,88	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	0,1,30	0,02	0	120	90	14	0,1
	Хлеб пшеничный	20	1,28	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
338	Мандарины с порциями	100	25,2	40	0,8	0,3	9,1	0,06	38	0,01	0,2	36	17	1,1	0,1
	Итого	555	68,02	644,2	19,72	21,72	86,42	0,32	39,47	0,15	0,6	513,54	452,4	91,49	2,13
43	Салат из белокочанной капусты	100	6,6	89,07	1,48	5,08	8,98	0,03	36,01	0,21	2,32	40,57	29,96	16,42	0,54
102	Суп картофельный с горохом	250	5,25	148,29	5,13	5,33	19,5	0,23	13,73	0,7	2,45	34,72	87,88	36,42	2,05
269	Котлеты рубленные с соусом	100(50/50)	34,75	172,94	8,34	10,46	11,9	1,12	7,45	0,09	1,79	23,16	101,05	23,76	1,69
309	Макаронные отварные	200	8	267,03	7,24	6,52	43,61	0,07	0	0,03	1,12	5,54	52,04	9,3	1,09
200	Чай с фруктовым соком	6	6	33	0,54	0,1	8,58	0	1,38	0	0	0	0	0	0
40	Хлеб Дарницкий	40	2,56	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого	890	63,16	805,33	25,85	27,85	92,57	1,45	58,57	0,6	7,68	103,99	270,93	85,9	5,37
102	Суп картофельный с горохом и с мясом курочки	250	5,25	148,29	5,13	5,33	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	36,42	2,05
	Говар														

Медведя