



Утверждено:
 Директор ООО "Общепит"
 Сенягов Р.Ш.

Меню на 13.10.2023 года для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ 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	
182	Каша полбяная молочная с маслом	200	10,88	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,63	0,06	0,1	150,88	114,35	17,33	0,14	
379	Кефирный напиток с яблоком	40	2,56	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	1,4	0,02	0	170	90	14	0,1	
338	Хлеб пшеничный	100	32,4	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,04	8	26	5,6	0,44	
	Итого	550	65,71	632,63	18,43	15,75	98,24	0,18	41,03	0,09	0,34	313,88	247,35	47,93	0,78	
52	Салат из свеклы	100														
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,5	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08	
103	Птица тушенная в сметане	100(50/50)	32	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05	
302	Каша гречневая рассычатая	200	11,52	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19	
342	Компот из св.яблок	200	5	108,96	0,16	0,16	27,87	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4	
	Хлеб ржанно-пшеничный	40	2,56	75,6	2,92	14,2	0,07	0	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08	
	Итого	890	62,58	869,87	33,31	38,24	131,06	0,5	32,76	0,36	6,72	118,16	470,07	257,85	10,13	
	Суп картофельный с макаронными изделиями и с мясом	250	16,5	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08	

Подпись: *Сенягов Р.Ш.*