



Утверждаю:
 Директор ООО "Общепит"
 [Подпись]
 Дата: _____ г.

Меню на 26.10.2023 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	Ca	P	Mg	Fe		
1	Бутерброд с маслом сливочным	40 (30/10)	8,39	146,2	2,33	8,40	14,66	0,03	0	0,04	0,13	8,4	22,5	4,2	0,35	
204	Макаронные отварные с сыром	205(200/5)	21,2	286,32	10,95	9,41	38,33	0,07	0,14	0,07	1,1	66,21	121,92	14,52	1,13	
382	Каша с молоком	200	11,18	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98	
40	Хлеб пшеничный	40	2,56	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44	
209	Яйцо вареное	40	8	62,8	5,08	4,0	0,28	0,03	0	0,1	0,24	22	76,8	4,8	1	
338	Яблоко св. порциями	100	6,36	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1	
	Итого	625	57,69	778,52	25,59	26,32	108,32	0,24	5,44	0,24	1,92	239,73	371,42	62,12	4,9	
43	Салат из белокочанной капусты	100	5	86,07	1,48	5,08	8,98	0,04	46,01	0,21	2,32	40,57	29,96	16,42	0,54	
98	Суп крестьянский с крупой	250	7	109,76	1,89	4,97	14,28	0,05	18	0,23	2,36	23,5	50,1	20,75	0,65	
280	Соусе	100(50/50)	32,43	161,44	8,37	9,52	11,52	0,05	1,6	0,01	2,41	30,86	96,23	13,62	1,28	
303	Каша пшеничная вязкая	200	18,24	230,22	5,47	8,79	32,65	0,11	0	0,04	0,95	21,12	125,87	28,29	2,09	
348	Компот из яблок	200	5,5	108,83	0,36	0	28,06	0,03	0	0	0,1	13,87	25,59	8,33	0,6	
	Хлеб Дарницкий	40	2,56	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Итого	890	70,73	794,32	20,69	28,32	95,49	0,27	55,61	0,49	8,14	131,92	377,75	87,41	5,16	
98	Суп крестьянский с крупой с мясом курицы	250	16	109,76	1,89	4,97	14,28	0,05	18	0,23	2,36	23,5	50,1	20,75	0,65	

Всего: салат Французский 2.0.