

Согласовано:
 Директор _____ (ФИО директора)
 Дата: _____ г.

Утверждаю:
 Директор ООО "Объединенно и Полезно"

 Дата: _____ г.

Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 17.11.2023 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 | Мг | Fe | |
| 302 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 155(150/5) | 10,43 | 266,46 | 8,67 | 6,31 | 42,64 | 0,21 | 0 | 0,02 | 0,61 | 14,9 | 205,9 | 137,2 | 4,61 | |
| 15 | Бул. порционные | 25 | 14,2 | 90 | 5,75 | 5,97 | 0 | 0,01 | 0,17 | 0,06 | 0,13 | 220 | 125 | 8,75 | 0,25 | |
| 382 | Какао 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 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,56 | 95,2 | 0,32 | 19,44 | 0,04 | 0 | 0,04 | 0,2 | 0,04 | 8 | 26 | 5,6 | 0,44 | |
| 338 | Мандарины св. порционными | 100 | 15 | 40 | 0,8 | 8,1 | 0,06 | 0,36 | 38 | 0,01 | 0,2 | 35 | 17 | 11 | 0,1 | |
| | Итого | 520 | 53,37 | 634,66 | 22,05 | 16,1 | 95,99 | 0,36 | 39,47 | 0,11 | 0,99 | 403,02 | 490,1 | 193,55 | 6,38 | |
| 62 | Салат из моркови с сахаром | 60 | 2,67 | 49,02 | 0,74 | 0,05 | 6,89 | 0,04 | 2,02 | 0,04 | 0 | 15,46 | 31,66 | 21,63 | 0,4 | |
| | Рассольник Ленинградский со сметаной | 205(200/5) | 7 | 109,28 | 1,81 | 5,03 | 13,57 | 0,08 | 6,04 | 0,23 | 1,94 | 17,98 | 60,32 | 21,08 | 0,78 | |
| 290 | Птица тушенная в сметане | 100(50/50) | 35 | 113,6 | 14,42 | 19,99 | 2,95 | 0,01 | 0,06 | 0,01 | 0,97 | 16,69 | 9,99 | 1,61 | 0,05 | |
| 312 | Пюре картофельное | 200 | 10,99 | 220,37 | 4,15 | 10,88 | 26,28 | 0,19 | 6,92 | 0,23 | 0,29 | 50,38 | 110,31 | 37 | 1,32 | |
| 342 | Компот из яблок | 200 | 6 | 108,96 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 0,01 | 1,6 | 0 | 0,16 | 4 | 3,2 | 0,8 | 0,4 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,56 | 75,6 | 2,92 | 0,52 | 14,2 | 0,07 | 0 | 0,56 | 14,8 | 71,2 | 22 | 2,2 | 1,08 | |
| | Итого | 805 | 64,22 | 676,83 | 24,2 | 36,63 | 91,76 | 0,4 | 16,64 | 0,51 | 3,92 | 119,31 | 286,68 | 104,12 | 4,03 | |
| Обед | Рассольник Ленинградский со сметаной и с мясом | 205(200/5) | 16 | 109,28 | 1,81 | 5,03 | 13,57 | 0,08 | 6,04 | 0,23 | 1,94 | 17,98 | 60,32 | 21,08 | 0,78 | |

Повар _____
 Медсестра _____