



Утверждено:
 Директор ООО "Общепит"
 Дата: 01.12.2023 г.



Меню для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастной категории: с 12 лет и старше
 на 01.12.2023 года.

№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр.)	Цены, руб.	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества									
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
302	Каша гречневая рассычатая с маслом	200	13,86	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19	
15	Сыр порционный	25	14,79	90	5,75	5,95	0	0,01	0,17	0,06	0,13	2,20	1,25	8,75	0,25	
362	Кавио 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	
338	Мафарины св. порциями	100	17,4	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1	
	Хлеб пшеничный	40	2,56	95,2	3,04	0,72	19,44	0,04	0	0	0,04	81	26	5,6	0,44	
	Итого	565	59,79	728,11	25,02	18,47	110,61	0,43	39,47	0,12	1,2	408,19	560,78	240,59	7,96	
62	Салат из моркови с сахаром	100	4,45	49,02	0,74	0,05	6,89	0,04	2,02	0,04	0	15,46	31,66	21,63	0,4	
96	Рассольник Ленинградский со сметаной	255 (250/5)	7	134,1	2,23	6,06	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,65	26,25	0,97	
290	Птица тушеная в смет.соусе	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	230	11,95	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,76	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52	
342	Компот из св.яблок	200	2,56	75,6	2,92	0,16	27,87	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4	
	Хлеб ржанопшеничный	40	2,56	75,6	2,92	0,16	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08	
	Итого	925	66,96	734,7	25,25	39,29	99,05	0,44	19,18	0,79	4,43	130,25	317,56	114,84	4,42	

обед	Рассольник Ленинградский со сметаной и 96 с мясом	255 (250/5)	16	134,1	2,23	6,06	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,65	26,25	0,97
------	---	-------------	----	-------	------	------	-------	-----	------	------	------	------	-------	-------	------

Лобар, spot
Франсуаза