

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

Меню на 08.12.2023 года для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 12 лет и старше
 Осенне-зимний сезон.



Утверждаю:
 Директор ООО "Объединенный"
 Санзаянов Р.Ш.
 Дата: _____ г.

№ 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				
завтрак	182 Каша полбяная молочная с маслом	260(250/10)	18,68	351,13	11,47	12,62	46,01	0,04	0,04	1,63	0,06	0,1	150,88	114,35	17,33	0,14			
	379 Кофейный напиток с молоком	200	10,88	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	0,04	1,4	0,02	0	120	90	14	0,1			
	Хлеб пшеничный	40	2,56	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0,04	0	0,04	0,04	8	26	5,6	0,44			
	338 мандарины св. порциями	100	18	40	0,8	0,3	8,1	0,06	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1			
	Итого	550	50,12	632,63	18,43	15,75	98,24	0,18	0,18	41,03	0,09	0,34	313,88	247,35	47,93	0,78			
	52 Салат из свежкы	100	4	89,85	1,35	6,08	7,87	0,02	0,02	9,5	0	2,73	35,15	40,85	20,9	1,33			
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,5	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08			
обед	290 Птица тушенная в смет.соусе	100(50/50)	33	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,03	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05			
	302 Каша гречневая рассыпчатая	200	13,38	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0,28	0	0,01	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19			
	342 Компот из св.яблок	200	5,61	108,96	0,16	0,16	27,87	0,01	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4			
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08			
	Итого	890	66,05	869,87	33,31	38,24	131,06	0,5	0,5	32,76	0,36	6,72	118,16	470,07	257,85	10,13			
обед	103 Суп картофельный с макаронными изделиями и с мясом	250	16,5	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08			