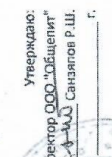


Согласовано: 
 Директор: 
 Дата: 07.12.2023

Утверждено: 
 Директор ООО "Объединит"
 Санжалов Р.Ш.
 Дата: 07.12.2023

Меню на 07.12.2023 года для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность					Витаминный и минеральный состав									
			Калории	Белки	Жиры	Углеводы	ЭТ	А	В	С	Р	Са	Р	Кг	Fe		
1	Пудинг с маслом сливочным	8,39	146,2	2,33	8,49	14,06	0,04	0	0,04	0,13	8,6	27,1	4,2	0,15			
204	Макаронные изделия с сыром	21,2	286,32	10,95	9,41	35,33	0,07	0,14	0,07	3,1	66,21	12,91	14,52	1,13			
382	Каша с мясной котлетой	11,18	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	115,7	31	0,98			
	Хлеб пшеничный	2,56	95,2	3,04	0,12	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44			
203	Яблоко вареное	11,8	62,8	5,08	4,1	0,28	0,03	0	0,1	0,24	22	16,8	1,3	1			
338	Яблоки свежие порционными	100	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,02	0,4	10	3	2	2			
	Итого	62,93	178,32	25,59	26,42	106,32	0,26	5,44	0,21	1,92	230,77	371,62	67,13	3,0			
43	Салат из белокочанной капусты	100	86,07	1,48	5,08	9,08	0,03	36,01	0,21	2,32	40,57	29,98	16,42	0,54			
98	Суп крестьянский с крутой	250	109,76	1,89	4,97	14,28	0,05	18	0,21	2,35	23,5	52,1	20,7	0,65			
	Итого	32,43	161,44	8,37	9,52	11,52	0,05	1,6	0,01	2,41	30,88	96,23	13,62	1,28			
303	Каша пшеничная вязкая	200	15,74	230,24	5,47	8,39	3,65	0,11	0	0,04	6,95	21,12	12,97	2,09			
348	Колот из картофеля	200	7,03	108,83	0,36	0	28,06	0,03	0	0,1	15,87	25,52	8,33	0,9			
	Хлеб Дарницкий	40	2,56	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0			
	Итого	890	794,32	20,69	24,32	95,49	0,27	55,61	0,49	8,14	131,92	327,75	87,41	5,15			

Суп крестьянский с крутой с мясом	250	109,76	1,89	4,97	14,28	0,05	18	0,23	2,36	23,5	50,1	20,75	0,65
98 курицы	16	109,76	1,89	4,97	14,28	0,05	18	0,23	2,36	23,5	50,1	20,75	0,65

Повар: *Светлана Савицкая*