Согласовано
Директор школы _____
Дата: 11.12.2023

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит Вкусно и полезно"
_____
Дата: _____ г.

Меню на 11 декабря 2023 года

для обучающихся образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12 лет и старше

(Понедельник)

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	15	Сыр порциями	25	14,77	90	5,75	5,97	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	130	6,25	0,25
	173	Каша молочная пшенная с маслом	210/200/10	16,92	320,3	8,53	12,28	43,61	0,15	1,3	0,06	0,25	134,56	207,6	54,06	1,49
	379	Кофейный напиток с молоком	200	10,88	146,3	3,12	2,51	28,69	0,04	0,13	0,02	0	120	90	33	0,1
		Хлеб пшеничный	20	1,28	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,6	0,22
	338	Мандарины се порциями	100	16	40	0,8	0,3	8,1	0,06	28	0,01	0,2	25	17	11	0,1
		Итого	555	61,85	644,2	19,72	21,22	86,12	0,32	29,47	0,15	0,6	514,56	453,6	91,45	2,15
Обед	43	Салат из белокочанной капусты	100	5,6	86,07	1,48	5,08	8,38	0,03	36,02	0,21	2,32	30,57	29,96	16,41	0,54
	102	Суп картофельный с горохом	250	5,25	148,29	5,13	5,33	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	36,42	2,05
	269	Котлеты рубленые с соусом	100(50/50)	34,75	172,94	8,34	10,46	11,9	1,12	7,45	0,09	1,79	23,16	101,95	23,76	1,69
	309	Макароны отварные	200	8,1	267,03	7,24	6,52	43,61	0,07	0	0,03	1,12	5,54	52,06	9,3	1,09
		Чай с фруктовым соком	200	6	33	0,54	0,1	8,58	0	1,38	0	0	0	0	0	0
		Хлеб Дарницкий	40	2,56	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Итого	890	63,26	805,33	25,85	27,85	92,57	1,45	58,57	0,6	7,68	103,99	270,95	85,9	5,37

	102	Суп картофельный с горохом и с мясом курицы	250	14,25	148,29	5,13	5,33	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	36,42	2,05

Повар _____

Медсестра _____