

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

**Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 15.12.2023 года**

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Ккал	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества						
					Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
302	Каша гречневая расплывчатая 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	Блюе порционными	25	14,77	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	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
338	Макароны св. порционными	100	15,6	40	0,8	8,1	0,06	38	0,01	0,2	0,2	35	17	11	0,1
	Итого	520	54,54	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
	Расольник 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	Грица 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	Комлот из св.блюд	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	0,56	14,8	71,2	22	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	Расольник 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 _____

