Согласовано:
Директор ____ (ФИО директора)
Дата: 19.12.2023г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит"
Санзяпов Р.Ш.
Дата: 19.12.2023 г.

Меню на 19.12.2023 года для обучающихся образовательных учреждений

Возрастная категория: с 12лет и старше

	№ 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	330/223	Запеканка творожная со сметан.соус	215(180/35)	31,32	409,5	28,74	21,95	23,41	0,09	0,47	[illegible]	0,55	290,2	397,3	[illegible]	[illegible]
	376	Чай с сахаром	200(15)	3,2	56,85	0,1	0,02	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0
	2	Бутерброд с повидлом	55	9,28	156,7	2,38	6,39	27,51	0,05	0,1	0,02	0,66	10,9	47,6	[illegible]	0,87
		Хлеб пшеничный	40	3,2	95,2	3,04	0,52	19,44	0,02	0	0	[illegible]	8	26	[illegible]	0,44
	209	Яйцо вареное	40	11,76	62,8	5,08	4,6	0,28	0,03	0	0,1	0,24	27	76,3	[illegible]	[illegible]
		Итого :	550	58,76	781,05	39,34	33,29	85,23	0,2	0,57	[illegible]	1,27	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]
обед	67	Винегрет овощной	100	6,7	124,34	1,34	10,11	6,86	0,05	12,95	0,22	4,54	26,65	41,06	18,53	0,77
	82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255(250/5)	10	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24
Обед	291	Плов из птицы	200	47,43	305,34	16,94	10,46	35,74	0,1	6,03	0,1	4,4	46,34	175,34	54,04	1,90
	349	Компот из сухофруктов	200	5,5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб Дарницкий	40	2,56	98	3,12	0,36	0	0	0	C	0	0	0	0	0
		Итого	895	72,19	768,62	24,01	26,89	89,18	0,2	31,33	0,59	11,44	112	274,48	100,9	3,??

обед		82 Борщ с капустой картофелем со смет.	255(250/5)	19	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24

Повар: Ярославова Л.Л.