

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ФИО Директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.



**Меню на 19.12.2023 года для обучающихся образовательных учреждений**

№ 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					
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	0,13	0,55	290,25	397,38	39,1	1,11					
	376 Чай с сахаром	200(15)	3,2	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0					
	2 Бургер/брод с повидлом	55	9,28	156,7	2,38	4,39	27,11	0,05	0,1	0,02	0,44	10,9	29,4	11,3	0,87					
	Хлеб пшеничный	40	3,2	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44					
	209 Ябло вареное	40	11,76	62,8	5,08	4,6	0,28	0,03	0	0,1	0,24	22	76,8	4,8	1					
	<b>Итого :</b>	<b>550</b>	<b>58,76</b>	<b>781,05</b>	<b>39,34</b>	<b>31,29</b>	<b>85,23</b>	<b>0,21</b>	<b>0,57</b>	<b>0,25</b>	<b>1,37</b>	<b>331,15</b>	<b>529,58</b>	<b>60,8</b>	<b>3,42</b>					
<b>обед</b>	<b>67 Винегрет овощной</b>	<b>100</b>	<b>6,7</b>	<b>124,34</b>	<b>1,34</b>	<b>10,11</b>	<b>6,86</b>	<b>0,05</b>	<b>12,95</b>	<b>0,22</b>	<b>4,54</b>	<b>26,65</b>	<b>41,08</b>	<b>18,53</b>	<b>0,77</b>					
	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					
<b>Обед</b>	<b>291 Плов на тщи</b>	<b>200</b>	<b>47,43</b>	<b>305,34</b>	<b>16,94</b>	<b>10,46</b>	<b>35,74</b>	<b>0,1</b>	<b>6,03</b>	<b>0,1</b>	<b>4,4</b>	<b>46,34</b>	<b>175,34</b>	<b>54,04</b>	<b>1,98</b>					
	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	0	0	0	0	0	0					
	<b>Итого</b>	<b>895</b>	<b>72,19</b>	<b>768,62</b>	<b>24,01</b>	<b>26,89</b>	<b>89,18</b>	<b>0,2</b>	<b>31,33</b>	<b>0,59</b>	<b>11,44</b>	<b>118</b>	<b>274,48</b>	<b>100,9</b>	<b>3,99</b>					
<b>обед</b>	<b>821 Борщ с капустой картофелем со смет.</b>	<b>255(250/5)</b>	<b>19</b>	<b>114,89</b>	<b>2,04</b>	<b>5,96</b>	<b>14,37</b>	<b>0,05</b>	<b>12,35</b>	<b>0,27</b>	<b>2,5</b>	<b>45,01</b>	<b>58,06</b>	<b>28,33</b>	<b>1,24</b>					

Утверждаю:

Директор

Санзона Р.Ш.