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

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит Вкусно и Полезно"
Ссищенов Р.Ш
Дата: 27.12.2023 г.

Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 7 – 11 лет 27.12.2023 г

	№ 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	14	Масло сливочное порц.	10	6,48	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02
	223	Запеканка творожная с молоком сгущенным	150(130/20)	24	367,83	22,26	16,79	31,71	0,08	0,51	0,09	0,57	266,51	327,04	35,19	0,82
	377	Чай с лимоном	200(15/7)	3,2	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		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	Яблоки св.порциями	100	7,8	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
		Итого	**500**	**44,04**	**641,99**	**25,91**	**25,79**	**76,23**	**0,15**	**7,31**	**0,14**	**1,12**	**289,71**	**365,58**	**43,63**	**2,32**
обед	47	Салат из квашеной капусты с раст.маслом	60	6,88	50,03	0,96	3	4,61	0,01	15,18	0	1,38	25,19	18,55	8,62	0,34
	103	Суп картофельный с макарон.изделиями	200	6	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86
	227	Рыба припущеная с соусом	100(50/50)	28,73	65,76	9,29	1,78	3,29	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	100,19	3,1	0,1
	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
	209	Яйцо вареное	40	11,76	62,8	5,08	4,6	0,28	0,03	0	0.10	0,24	22	76,8	4,8	1
	348	Компот из изюма	200	7,03	108,83	0,36	0	28,06	0,03	0	0	0,1	15,87	25,59	8,33	0,6
		Хлеб пшеничный	40	2,56	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Итого	**840**	**73,95**	**703,35**	**25,21**	**22,85**	**79,25**	**0,41**	**40,41**	**0,53**	**3,57**	**170,74**	**386,04**	**84,49**	**4,22**

обед

	103	Суп картофельный с макарон.изделиями с мясом	200	15	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86

Повар _____

Медсестра _____