



Утверждаю:
 Директор ФСО – Обл. филиал:
 Дата: 01.03.2024



Согласовано:
 Директор
 Дата: 01.03.2024

Меню для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 12 лет и старше
 на 01.03.2024 года.

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цены, руб.	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества									
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	13,86	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0,03	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19
15	сыр порционными	25	14,77	90	5,75	5,95	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	175,12	116,2	31	0,98	
338	мандарины св. порциями	100	18	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1	
	Хлеб пшеничный	40	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0,04	8	26	5,6	0,44		
	Итого	565	60,45	728,11	25,02	18,47	110,61	0,43	39,47	0,12	1,2	408,19	560,78	240,59	7,96	
Обед																
70	Огуры соленые порциями	100	10,33	8	0,48	0,06	0,96	0,02	3	0,02	0,05	13,8	14,4	8,4	0,36	
96	Рассольник Ленинградский со сметаной	255 (250/5)	8,75	134,1	2,23	6,06	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,65	26,25	0,97	
290	Птица тушенная в смет. соусе	100(50/50)	31,31	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,05	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05	
312	Пюре картофельное	230	11,95	233,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52	
342	Компот из яблок	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 ржано-пшеничный	40	2,64	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08	
	Итого	925	70,98	693,68	24,99	39,3	93,12	0,42	20,16	0,57	4,49	128,63	300,3	101,61	4,38	
субед																
96	Рассольник Ленинградский со сметаной и с мясом	255 (250/5)	15,2	134,1	2,23	6,06	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,65	26,25	0,97	

Итого: смет. 24,99