Согласовано:
Директор
_____[ФИО директора]
Дата:_____г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит Вкусно и Полезно"
_____ Санзяров Р.Ш.
Дата: 06.03.2024 г.

Меню на 06.03.2024 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
	14	Масло сл. порциями	10	6,96	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02
	173	Каша молоч.пшенная с маслом	155(150/5)	13,88	218,12	6,33	7,15	31,86	0,14	0,97	0,04	0,16	100,18	153,66	40,8	1,07
Завтрак		Чай с фруктовым соком	200	6	33	0,54	0,1	8,58	0	1,38	0	0	0	0	0	0
		Хлеб пшеничный	40	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	338	Груша св. порциями	100	25	42	0,4	0,3	9,5	0,02	5	0	0,4	19	16	12	2,3
		Итого	**505**	**54,48**	**463,12**	**10,36**	**16,12**	**69,46**	**0,2**	**7,35**	**0,08**	**0,7**	**129,58**	**198,66**	**58,4**	**3,83**
Обед	71	Огурцы свежие кусками	60	13,2	7,2	0,42	0,06	1,14	0,02	2,94	0,02	1,64	10,2	18	8,4	0,3
	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
	234	Котлеты рыбные с соусом	100(50/50)	35,14	118,76	7,21	5	10,92	0,06	0,62	0,03	2,54	45,26	102,07	8,82	0,4
	312	Пюре картофельное	200	11,34	220,37	4,15	10,88	26,28	0,19	6,92	0,23	0,29	50,38	110,31	37	1,32
	376	Чай с сахаром	200	3,5	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08
		Итого	**790**	**71,82**	**576,34**	**17,05**	**18,72**	**84,26**	**0,43**	**27,76**	**0,54**	**6,21**	**142,6**	**356,18**	**98,86**	**3,96**

	103	Суп картофельный с макарон.изделиями	200	12,45	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86