



Меню для обучающихся образовательных учреждений  
 Возрастная категория: с 12 лет и старше на 11.03.2014 года

№ по СП	Наименование блюда	Весовод (гр)	Цена, руб	Мол	Белки	Жиры	Углеводы, в т.ч.	Витаминный и минеральный состав								
								С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
Завтрак	1.1) Мол. каша	700 (200/100)	20,24	147,28	9,45	16,22	40,22	0,22	1,61	0,07	1	1,76	0,7	90,88	8,73	2,09
	3.2) Каша с маслом	400	11,18	143	4,79	3,2	23,81	0,44	1,33	0,02	0,01	12,52	1,62	11	0,98	
	2) Бурый рис с овощами	55	7,92	156,7	2,38	4,39	27,1	0,68	0,1	0,02	0,44	10,8	0,4	0,4	11,3	0,87
	Уход за кожей	40	1,64	85,2	3,05	0,32	19,14	0,04	0	0	0,04	0	0	0	0,4	0,43
	<b>Итого</b>	<b>555</b>	<b>42</b>	<b>742,68</b>	<b>18,66</b>	<b>24,43</b>	<b>112,61</b>	<b>0,35</b>	<b>3,01</b>	<b>0,11</b>	<b>1,49</b>	<b>322,09</b>	<b>462,49</b>	<b>131,63</b>	<b>4,38</b>	
Обед	7) Пюре из овощей, картофеля	100	24	13,7	0,66	0,22	2,28	0,04	30,5	0,04	2,72	5,4	13,6	12	0,54	
	8) Суп с мясом, картофелем, овощами	250 (200/50)	9,1	114,89	2,04	5,96	14,17	0,05	12,35	0,77	2,5	45,01	48,06	28,13	1,24	
	2.7) Суп с овощами, картофелем, курицей	110 (80/30)	34,76	119,1	7,17	8,17	8,08	0,01	0	0,02	0,86	18,26	7,6	1,16	1,14	
	10) Молочный суп с картофелем и овощами	210 (200/10)	15,36	450,21	11,64	8,7	57,26	0,26	0	0,04	0,82	20,17	2,68	104,76	6,19	
	Уход за кожей	200	0	33	0,54	0,1	8,38	0	1,38	0	0	0	0	0	0	
	Уход за кожей	40	2,64	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	<b>Итого</b>	<b>915</b>	<b>91,85</b>	<b>748,31</b>	<b>25,47</b>	<b>23,61</b>	<b>90,54</b>	<b>0,1</b>	<b>24,73</b>	<b>0,36</b>	<b>8,9</b>	<b>91,76</b>	<b>478,84</b>	<b>248,23</b>	<b>9,11</b>	
	Всего на день (с учетом завтрака)	255 (250/5)	15,06	114,89	7,94	5,96	14,17	0,05	11,56	0,77	2,5	45,01	48,06	28,13	1,24	

*Средняя стоимость*

Меню СП