

Согласовано:
 Директор
 Дата: _____ г.



МЕНЮ

для обучающихся начального звена образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет.
 На 11.03.2024 года

День: Понедельник

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества							
				Кал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
15	Суп картофельный	25	15,1	90	5,75	5,97	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25		
173	Каша молочная с мяском	155(150/5)	12,84	218,12	6,33	7,15	31,86	0,14	0,97	0,04	0,16	100,18	153,66	40,8	1,07		
379	Кефирный напиток с мяском	200	10,88	146,2	3,12	2,51	24,69	0,04	1,3	0,02	0	120	90	14	0,1		
	Хлеб пшеничный	20	1,32	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22		
338	Мальварин с подливкой	100	17	40	0,6	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1		
	Молоко	500	57,14	542,02	17,52	16,09	74,37	0,27	40,44	0,13	0,51	479,18	398,66	77,35	1,74		
29	Салат из салата авокадо	60	8	44,34	0,65	3,62	2,27	0,02	7,93	0,02	1,39	15,25	21,37	11,3	0,4		
102	Суп картофельный с горохом	200	4,2	118,63	4,11	4,27	15,6	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64		
294	Потелки рубленные из птицы с соусом	100(50/50)	34,75	164	8,45	9,85	10,36	0,13	0,84	0,13	1,79	37,94	46,8	13,4	0,98		
309	Макаронные отварные	200	8,75	262,49	7,17	6,24	43,19	0,07	0	0,03	1,11	5,42	51,46	9,21	1,08		
349	Каша из смеси злаковых	200	5,5	126,05	0,57	0	37,21	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб Дарницкий	40	2,64	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Молоко	800	63,84	813,51	24,07	24,34	103,63	0,4	19,75	0,4	6,25	86,39	191,93	63,05	4,1		
102	Суп картофельный с горохом и с мясом	200	10,65	118,63	4,11	4,27	15,6	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64		

Готово
 Места: _____