

Сотставлен:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ИМНО Директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений  
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет 13.03.2024 г



№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества							
				Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe			
14	Мясно-овощное пюре	100	6,96	74,8	0,05	0,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02		
219	Сырники из творога с яблоком	140	47	386	21,88	17,94	34,28	0,084	0,56	73,8	0,57	281,4	313,26	36,68	0,76		
377	Чай с лимонной	200(15/7)	1,2	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	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0,04	0	8	26	5,6	0,44		
338	Рисовый салат с овощами	100	8,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,03	0,4	10	8	2	1		
	Молоко	490	68,3	660,16	25,33	26,94	78,8	0,154	7,46	73,85	1,12	304,6	332,3	45,12	2,26		
	Салат из мясной капусты с																
	овощ																
47	Растительное	60	5,43	50,03	0,96	3	4,51	0,01	15,18	0	1,38	25,19	18,55	8,62	0,34		
	Суп картофельный с																
103	картофельными	200	6	97,54	2,25	2,23	16,73	0,09	13,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86		
227	Рыба приготовленная с соусом	100(50/50)	36,37	65,76	9,29	1,78	3,29	0,06	1,03	0,04	0,38	35,14	100,19	3,1	0,1		
312	Пюре картофельное	200	11,32	220,37	4,15	10,86	26,28	0,19	6,92	0,23	0,29	50,38	110,31	47	1,12		
340	Каша из смеси крупяная	200	5,5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб пшеничный	40	2,64	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Молоко	490	67,26	657,77	20,34	18,25	83,12	0,35	40,41	0,53	3,23	132,87	283,65	71,36	2,62		
	Суп картофельный с																
103	картофельными с мясом	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		
	Пюре																

Место: \_\_\_\_\_