

Сотворено:  
Директор \_\_\_\_\_  
(ФИО директора)  
Дата: \_\_\_\_\_ г.



Метно для обучающихся образовательные учреждения  
Всеголетние классы: с 12 лет и старше  
№ 15.01.2021 года.

№ п/п	№ п/п СР	Наименование блока	Выход (г/л)	Цена, руб.	Класс	Питательная ценность				Витаминный и минеральный состав									
						Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
	302	Каша пшеница	200	13,86	359,91	11,68	4,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19			
	15	Сыр перчаточный	25	15,1	40	5,25	5,95	0	0,02	0,17	0,04	0,13	220	125	6,75	0,25			
	382	Молоко с маслом	200	11,18	143	3,79	3,2	25,83	0,04	1,3	0,02	0,01	129,12	116,2	31	0,38			
	338	Макаронные изделия	100	17	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1			
		Кефир питьевой	40	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0,04	8	26	5,6	0,44				
		Итого	565	59,78	728,11	25,02	18,87	110,51	0,43	39,47	0,12	1,2	408,19	560,78	240,59	7,96			
	52	Салат из свежих овощей	100	5	89,85	1,35	6,08	7,87	0,02	9,5	0	2,73	35,15	40,85	20,9	1,13			
	96	Рисовый суп	295 (250/5)	8,75	134,1	2,23	6,06	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,85	26,25	0,97			
	290	Пюре картофельное	100(50/20)	26,42	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05			
	312	Пюре картофельное	230	11,95	251,42	4,28	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,95	1,52			
	342	Компот из фруктов	200	6	108,90	0,16	0,16	27,87	0,01	1,5	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4			
		Хлеб ржаной-пшеничный	40	2,84	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0,58	14,8	71,2	22	1,08				
		Итого	925	60,76	775,58	25,86	45,33	100,03	0,42	26,66	0,55	7,16	149,98	326,75	114,11	5,35			
Обед		Расходный	Рацион	235 (250/5)	15,2	134,1	2,23	6,06	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,85	26,25	0,97		