



Согласовано:
 Директор
 Дата: 22.03.2024 (ф.и.о. директора)

Утверждаю:
 Директор ООО "Общепит"
 Санжапов Р.Ш.
 Дата: 22.03.2024 г.

Меню на 22.03.2024 года для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр) 250(250/10)	Цена, руб.			Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества									
			19,87	351,13	11,47	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
завтрак	182 Каша полбяная молочная с маслом	200	10,88	146,3	3,12	12,62	46,01	0,04	1,63	0,06	0,1	150,88	114,35	17,33	0,14			
	379 Кофейный напиток с молоком	40	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	1,4	0,02	0	120	90	14	0,1			
	338 Хлеб пшеничный	100	17	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	26	5,6	0,44			
	Итого	550	50,39	632,63	18,43	15,75	98,24	0,18	41,03	0,09	0,34	313,88	247,35	47,93	0,78			
обед	71 Помидоры свежие порциями	100	24	22	1,1	0,2	3,8	0,06	17,5	0,06	2,73	14	26	20	0,9			
	103 Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,5	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08			
	290 Птица тушеная в смет.соусе	100(50/50)	26,42	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	15,69	9,99	1,61	0,05			
	302 Каша гречневая рассыпчатая	200	13,38	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19			
	342 Компот из св.яблок	200	6	108,96	0,16	0,16	27,87	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4			
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08			
	Итого	890	79,94	802,02	33,06	32,36	126,99	0,54	40,76	0,42	6,72	97,01	455,22	256,95	9,7			
обед	103 Суп картофельный с макаронными изделиями и с мясом	250	16,5	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08			