

Согласовано:

 Директор
 Дата: 19.03.2024 г.

Утверждено:

 Директор ООО "Община"
 Санитаров Р.Ш.
 Дата: 19.03.2024 г.

Меню на 19.03.2024 года для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 12 лет и старше

№ по СР	Наименование Блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества								
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
завтрак	376 Чай с сахаром	215(180/35)	36,23	409,5	28,74	21,95	23,41	0,09	0,47	0,13	0,65	290,25	397,38	39,1	1,11
	2 Запеканка творожная со сметан,соус	200(15)	3,2	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0
	2 Бургерборд с помидом	55	9,52	156,7	2,38	4,39	27,11	0,05	0,1	0,02	0,44	10,9	29,4	11,3	0,87
	Хлеб пшеничный	40	3,3	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0,04	8	25	5,6	0,44	
	209 Яйцо вареное	40	1,2	62,8	5,08	4,6	0,28	0,03	0	0,1	0,24	22	76,8	4,8	1
	Итого 1	550	64,25	781,05	39,34	31,29	85,23	0,21	0,57	0,25	1,37	331,15	529,58	60,8	3,42
обед	67 Винегрет овощной	100	9	124,34	1,34	10,11	6,86	0,05	12,95	0,22	4,54	26,65	41,08	18,53	0,77
	82 Борщ с капустой картофелем со смет.	255(250/5)	10	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24
	291 Плов из птицы	200	40,32	305,34	16,94	10,46	35,74	0,1	6,03	0,1	4,4	46,34	175,34	54,04	1,98
	349 Компот из сухофруктов	200	5,5	126,05	0,57	0	32,21	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
	Итого	895	67,46	768,62	24,01	26,89	89,18	0,2	31,33	0,59	11,44	118	274,48	100,9	3,99
обед	82 Борщ с капустой картофелем со смет.	255(250/5)	16,45	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24

Сметы: сметы

Детские