

Сопоставлено:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ИИО директора)  
 Дата \_\_\_\_\_ г.



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений  
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 18.03.2024 г.

№ по РФ	Наименование блюда	Выход (г/шт)	Цена, руб.	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества						
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
178	Бутерброд с сыром	50 (40/15/5)	13	162,8	3,76	7,99	14,62	0,04	0,1	0,06	0,10	139,2	96	0,43	0,48	
179	Каша молочная с маслом	155 (150/5)	18,42	191,33	4,41	6,31	18,89	0,04	0,97	0,04	0,18	91,93	117,33	20,73	0,41	
180	Каша с маком	200	11,18	143	3,79	3,7	13,81	0,04	1,3	0,01	0,01	125,12	116,2	16	0,58	
	Хлеб пшеничный	200	2,84	47,8	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22	
188	Блины с творогом	100	8,3	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	9	1	1	
	Итого	625	49,64	589,73	15,88	18,02	58,8	0,17	6,37	0,13	0,77	371,83	390,53	71,89	3,1	
	Салат из вареной курицы с															
47	укет маслом	60	5,44	50,03	0,98	1	4,61	0,01	15,18	0	1,38	25,19	18,55	6,67	0,34	
101	Суп картофельный с горохом	200	5,67	118,63	4,11	4,27	13,8	0,18	10,98	0,22	1,06	27,78	30,3	29,14	1,64	
	Макароны тушеные с															
224	сосисками	100 (50/50)	34,75	164	8,45	9,89	19,34	0,13	0,94	0,13	1,79	17,94	48,8	13,4	0,38	
309	Макароны отварные	200	8,75	262,49	7,17	6,24	43,19	0,07	0	0,03	1,11	1,67	51,46	6,21	1,08	
348	Мамайт из курицы	200	9,55	124,18	1,08	0	11,33	0,02	0,33	0,12	1,14	23,08	30,19	11,75	0,69	
	Хлеб пшеничный	40	2,84	98	3,12	0,16	9	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Итого	685	64,8	817,33	24,89	23,71	185,09	0,41	27,83	0,5	7,38	125,41	219,3	82,88	4,7	
	Суп картофельный с горохом и с															
101	лук	200	10,12	118,63	4,11	4,27	13,8	0,18	10,98	0,22	1,06	27,78	30,3	29,14	1,64	