

Составлено:
 Директор _____ (ИМТ директор)
 Дата: _____ г.



Меню на 20.03.2024 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений															
Возрастная категория: с 7 – 11 лет.															
№ по СР	Наименование блюда	Порция (гр)	Цена	Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества						
				Белки	Жиры	Углеводы	С	А	В	Са	Р	Мг	Кг		
14	Маффины со сливками	50	6,98	74,8	0,05	8,25	0,05	0	0	0,04	0,1	2,8	0	0	0,02
117	Каша молочная с маслом и сахаром	100(100%)	11,68	318,17	6,37	7,71	31,82	0,14	0,47	0,04	0,30	100,19	75,188	82,8	1,07
	Каша с фруктами и сахаром	300	0	33	0,64	0,3	8,95	0	1,38	0	0	0	0	0	0
	Каша овсяная	80	2,64	85,2	1,04	0,12	15,68	0,04	0	0,04	0	8	26	5,6	0,64
118	Гречка со сливками	100	25	42	0,4	0,2	9,3	0,02	0	0	0,4	39	10	12	2,3
	Итого	500	54,48	463,12	18,16	16,12	65,65	0,2	7,85	0,08	6,7	129,18	108,68	98,4	2,82
Обед															
71	Суп из свежих овощей	100	0	7,2	0,42	0,06	1,34	0,02	3,98	0,02	1,64	10,2	18	8,8	0,3
	Суп картофельный с овощами	300	6	97,96	2,25	2,29	16,71	0,09	17,28	0,20	1,38	21,96	54,8	22,68	0,86
218	Котлеты рыбные с гарниром	100(50/50)	35,14	118,76	7,21	5	10,50	0,06	3,62	0,03	2,34	45,28	102,07	9,80	0,4
117	Пюре картофельное	200	11,84	220,57	4,15	10,88	26,28	0,19	6,90	0,23	0,28	50,58	120,13	17	1,12
376	Чай с сахаром	200	1,5	16,86	0,1	0,01	14,98	0	0	0	0	0	0	0	0
	Чайб фрукто-сахарный	40	2,64	75,8	2,82	0,52	14,7	0,01	0	0	0,54	14,8	71,2	32	1,08
	Итого	790	67,62	678,94	17,05	18,72	64,26	0,43	27,76	0,24	6,21	143,6	356,18	98,68	3,96
	Суп картофельный с макаронами и овощами	300	12,46	97,56	2,25	2,21	16,71	0,09	17,28	0,20	1,38	21,96	54,8	22,68	0,86