

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ИМО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.



Меню на 01.04.2024 для обучающихся образовательных учреждений																
Взрослые категории: с 12 лет и старше																
№ п/п	QR	Наименование блюда	Выход [гр]	Цена, руб.	Питательная ценность					Витамины и минеральные вещества						
					Белки	Жиры	Углеводы	Э1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Закуски</b>																
176		Бутерброд с сыром	30 (30/11/20)	133	102,8	3,76	7,99	24,43	0,04	0,3	0,4	0,19	139,2	90	6,45	0,69
179		Мясной салат с рисом и маком	210(200/210)	19,26	281,35	3,83	32,18	38,54	0,06	1,3	0,06	0,38	134,48	119,7	39,64	0,57
387		Макароны с соусом	200	33,18	149	3,79	3,2	25,87	0,04	1,3	0	0,01	120,32	116,7	31	0,98
		Хлеб пшеничный	20	2,64	47,4	1,12	0,16	8,12	0,03	0	0	0,02	4	13	3,8	0,33
318		Пюре картофельное	100	8,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,03	0,4	10	0	2	1
		<b>Итого</b>	<b>380</b>	<b>54,58</b>	<b>679,60</b>	<b>17,36</b>	<b>22,87</b>	<b>93,99</b>	<b>0,18</b>	<b>6,7</b>	<b>0,67</b>	<b>0,67</b>	<b>403</b>	<b>396,6</b>	<b>80,89</b>	<b>3,24</b>
<b>Обед</b>																
47		Салат из квашеной капусты с рыбой	100	9,05	83,19	1,09	4,99	7,11	0,03	27,3	0,03	2,38	48,88	37,71	14,76	0,29
332		Суп картофельный с горошком	250	4,4	148,79	5,13	5,33	10,3	0,21	13,73	0,27	2,45	34,72	87,86	36,42	2,05
234		Соусы	100(50/50)	36,75	164	8,45	8,85	10,36	0,11	0,84	0,11	1,79	37,94	48,8	23,4	0,68
321		Макароны отварные	784	8,75	307,08	8,33	7,5	50,35	0,06	0	0,03	1,29	6,17	59,84	10,69	1,25
355		Макароны из твердых сортов пшеницы	200	9,55	126,18	1,08	0	31,33	0,03	0,63	0,11	1,14	33,08	30,19	21,71	0,64
		Хлеб пшеничный	40	2,64	90	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		<b>Итого</b>	<b>830</b>	<b>65,14</b>	<b>922,74</b>	<b>27,7</b>	<b>28,03</b>	<b>119,66</b>	<b>0,48</b>	<b>42,7</b>	<b>0,58</b>	<b>9,06</b>	<b>160,99</b>	<b>254,42</b>	<b>96,98</b>	<b>5,13</b>
100		Суп картофельный с горошком и рисом	250	35,05	148,29	5,13	5,31	10,3	0,21	13,73	0,27	2,45	34,72	87,86	36,42	2,05