

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



Меню на 04.04.2024 года для обучающихся образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12 лет и старше

| № по СП | Наименование блюда | Валюта (руб) | Пищевая ценность | | | | Витамины и минеральные вещества | | | | | | | | | |
|---------|---|--------------|------------------|---------------|--------------|--------------|---------------------------------|-------------|--------------|-------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|--|
| | | | Энерг. | Белок | Жиры | Углеводы | С | А | Е | Ca | P | Mg | Fe | | | |
| 224 | Бутерброд с маслом сливочным | 40 (30/10) | 8,94 | 146,1 | 1,23 | 8,49 | 24,83 | 0,03 | 0 | 0,04 | 0,11 | 9,4 | 22,5 | 4,7 | 0,35 | |
| 224 | Макароны отварные с сыром | 220 (20/2) | 22,27 | 286,33 | 10,95 | 9,61 | 38,35 | 0,07 | 0,14 | 0,07 | 1,3 | 90,21 | 121,92 | 14,33 | 1,13 | |
| 382 | Каша с маком | 200 | 11,38 | 143 | 1,79 | 1,2 | 25,81 | 0,04 | 1,3 | 0,02 | 0,8 | 125,12 | 116,7 | 21 | 0,98 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 2,44 | 95,7 | 0,94 | 0,31 | 19,44 | 0,04 | 0 | 0 | 0,04 | 8 | 26 | 5,48 | 0,44 | |
| 318 | Рисotto с кедровым | 200 | 8 | 49 | 0,4 | 0,4 | 8,6 | 0,03 | 4 | 0,01 | 0,4 | 10 | 8 | 0 | 1 | |
| | Итого | 425 | 54,39 | 715,70 | 20,51 | 21,82 | 108,04 | 0,21 | 5,44 | 0,14 | 1,48 | 217,78 | 294,62 | 37,52 | 1,9 | |
| 39 | Салат из овощей свежих | 200 | 14,67 | 73,9 | 1,09 | 0,04 | 1,78 | 0,03 | 13,23 | 0,03 | 2,32 | 25,42 | 35,62 | 18,84 | 0,62 | |
| 98 | Суп крестьянский с картофелем | 250 | 4,55 | 109,76 | 1,88 | 4,97 | 14,28 | 0,05 | 18 | 0,23 | 2,36 | 23,5 | 50,1 | 20,75 | 0,65 | |
| | Фарш котлетный из говядины, тушеный в соусе | 100 (50/50) | 32,43 | 161,44 | 8,37 | 5,52 | 11,52 | 0,05 | 1,6 | 0,01 | 2,41 | 30,88 | 96,23 | 13,62 | 1,28 | |
| 303 | Каша гречневая вязкая | 200 | 16,43 | 230,22 | 5,47 | 8,19 | 32,83 | 0,11 | 0 | 0,04 | 0,05 | 21,12 | 125,67 | 24,15 | 2,09 | |
| 303 | Кашлет из суфлета | 200 | 5,5 | 124,05 | 0,57 | 0 | 32,21 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Хлеб Дарницкий | 40 | 2,64 | 98 | 1,12 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | |
| | Итого | 890 | 76,27 | 798,17 | 20,51 | 25,28 | 94,44 | 0,24 | 32,83 | 0,31 | 8,04 | 200,9 | 307,82 | 41,5 | 4,68 | |
| | Суп крестьянский с картофелем и маком | 250 | 11 | 109,76 | 1,88 | 4,97 | 14,28 | 0,05 | 18 | 0,23 | 2,36 | 23,5 | 50,1 | 20,75 | 0,65 | |