

Согласовано:  
Директор

Дата: 19.04.2024

(Имя директора)

Меню для обучающихся образовательных учреждений  
Возрастная категория: с 12 лет и старше  
на 12.04.2024 года.

№ по СР	Наименование Блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества					
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	13,86	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	1,84,24	6,19
151	Сыр порцирами	25	15,1	90	5,75	5,95	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25
382	Каша с молоком	200	11,18	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98
338	Мандарины св порциями	100	1,8	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1
	Хлеб пшеничный	40	2,54	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	Итого	565	60,78	728,11	25,02	18,47	110,61	0,43	39,47	0,12	1,2	408,19	560,78	240,59	7,96
Обед	Салат из свеклы отварной	100	5	89,85	1,35	6,08	7,87	0,02	9,5	0	2,73	35,15	40,85	20,9	1,33
96	Рассолынк Ленинградский со сметаной	255 (250/5)	8,75	134,1	2,23	6,06	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,65	26,25	0,97
290	Пицца тушеная в смет.соусе	100(50/50)	26,42	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,06
312	Лоре картофельное	230	11,95	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52
342	Компот из св.яблок	200	6	108,96	0,16	0,16	27,87	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08
	Итого	925	60,76	775,53	25,86	45,32	100,03	0,42	26,66	0,55	7,16	149,98	326,75	114,11	5,31

обед

Рассолынк Ленинградский со сметаной и  
96 с мясом

255 (250/5)

15,2

134,1

2,23

6,06

16,91

0,1

7,54

0,28

2,41

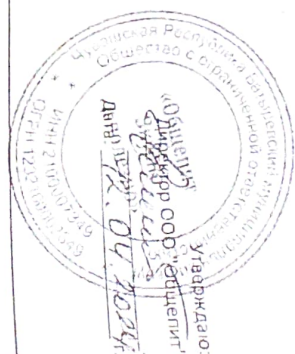
21,4

74,65

26,25

0,9

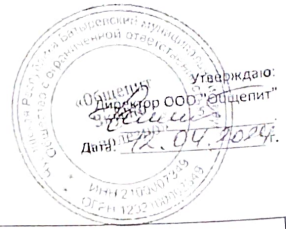
Детям, спец. питания



Согласовано:  
Директор

*[Подпись]*  
(ФИО директора)

Дата: *12.04.2024*



**Меню для обучающихся образовательных учреждений**  
**Возрастная категория: с 12 лет и старше**  
**на 12.04.2024 года.**

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цены, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Зантрак	302 Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	13,86	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19
	15 сыр порциями	25	15,1	90	5,75	5,95	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25
	382 каша с молоком	200	11,18	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98
	338 мандарины св. порциями	100	18	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1
	Хлеб пшеничный	40	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	<b>Итого</b>		<b>565</b>	<b>60,78</b>	<b>728,11</b>	<b>25,02</b>	<b>18,47</b>	<b>110,61</b>	<b>0,43</b>	<b>39,47</b>	<b>0,12</b>	<b>1,2</b>	<b>408,19</b>	<b>560,78</b>	<b>240,59</b>
Обед	52 Салат из свеклы отварной	100	5	89,85	1,35	6,08	7,87	0,02	9,5	0	2,73	35,15	40,85	20,9	1,33
	96 Рассольник Ленинградский со сметаной	255 (250/5)	8,75	134,1	2,23	6,06	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,65	26,25	0,97
	290 Птица тушенная в смет. соусе	100(50/50)	26,42	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05
	312 Люле картофельное	230	11,95	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52
	342 Компот из св.яблок	200	6	108,96	0,16	0,16	27,87	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08
<b>Итого</b>		<b>925</b>	<b>60,76</b>	<b>775,53</b>	<b>25,86</b>	<b>45,32</b>	<b>100,03</b>	<b>0,42</b>	<b>26,66</b>	<b>0,55</b>	<b>7,16</b>	<b>149,98</b>	<b>326,75</b>	<b>114,11</b>	<b>5,35</b>

обед

96	Рассольник Ленинградский со сметаной и с мясом	255 (250/5)	15,2	134,1	2,23	6,06	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,65	26,25	0,97
----	--	-------------	------	-------	------	------	-------	-----	------	------	------	------	-------	-------	------

*Повар, Шеф Ефимов А.А.*