



Меню на 17.04.2024 года для обучающихся образовательных учреждений

возрастная категория: с 12 лет и старше

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Ккал	Пищевая ценность						Витаминный и минеральный состав						
					Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
14	Масло сл. порционными	10	6,96	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02		
173	Каша молоч. пшеница с маслом	210(200/10)	18,8	120,3	8,53	12,28	43,61	0,19	1,3	0,06	0,25	134,54	207,4	54,94	1,46		
	Чай с фруктовым соком	200	6	33	0,54	0,1	8,58	0	1,38	0	0	0	0	0	0		
	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		
Завтрак 2	Груша св. порциями	100	17,5	42	0,4	0,3	9,5	0,02	5	0	0,4	19	16	1,2	2,3		
	Итого	560	51,9	565,3	12,56	21,25	81,21	0,25	7,68	0,1	0,79	163,94	252,4	72,54	4,22		
Обед	Огурцы свежие кусками	100	18	12	0,7	0,1	1,9	0,04	4,9	0,04	1,64	17	30	14	0,5		
103	Суп картофельный с макарон. изделиями	250	7,5	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08		
234	Котлеты рыбные с соусом	100(50/50)	35,14	118,76	7,21	5	10,92	0,06	0,62	0,03	2,54	45,26	102,07	8,82	0,4		
312	Пюре картофельное	230	13,04	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,98	0,26	0,33	57,94	126,86	45,55	1,52		
376	Чай с сахаром	200	3,5	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	94,5	3,65	0,65	17,75	0,09	0	0	0,7	18,5	89	27,5	1,35		
	Итого	880	80,48	657,48	19,26	21,08	96,7	0,51	35,1	0,65	6,69	166,15	416,18	124,17	4,85		
103	Суп картофельный с макарон. изделиями	250	13,8	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08		

Лисей ОФФ *Специальность 02*

