

Согласовано:
 Директор _____ (И.О. Фамилия)
 Дата _____



Меню на 23.04.2024 года для обучающихся образовательных учреждений																
Возрастная категория: с 12 лет и старше																
№ п/п	СР	Наименование блюда	Возвв (г/п)	Цена, руб.	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества					
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	ЭЭ	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
завтрак																
182		Каша гречневая молочная с маслом	200(250/210)	19,67	391,13	11,47	12,63	46,01	0,04	1,53	0,06	0,1	130,88	114,35	17,33	0,34
179		Корфейный напиток с молоком	396	10,81	146,3	1,12	2,31	24,89	0,04	1,4	0,01	0	120	90	14	0,1
		Каша пшеничная	40	2,64	35,2	1,04	0,22	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
138		Макароны со сливками	103	18	40	0,8	0,2	8,2	0,04	39	0,01	0,2	81	17	11	0,1
		Итого	540	51,95	632,63	18,43	25,75	98,24	0,16	41,03	0,09	0,34	311,88	247,31	42,94	0,78
обед																
71		Помидоры свежие порционные	1000	25,2	22	1,3	0,2	3,8	0,04	17,3	0,04	2,75	14	38	30	0,9
		Суп картофельный с макаронами														
102		Котлетки	242	7,5	121,95	2,83	2,79	20,91	0,11	21,4	0,32	1,48	27,45	64,25	28,2	1,08
260		Плов куриный в сметане	100(50/40)	25,11	113,8	14,42	18,99	2,93	0,01	0,06	0,01	0,07	16,69	9,89	1,61	0,05
302		Каша гречневая рассыпчатая	200	13,16	279,91	11,64	6,7	57,26	0,28	0	0,01	0,02	20,27	276,58	184,28	4,12
342		Каша из св. пшени	200	6,32	108,96	0,16	0,16	21,87	0,01	1,4	0	0,14	4	1,2	0,8	0,4
		Суп рисовый картофельный	41	2,44	76,0	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,54	14,4	21,2	22	0,28
		Итого	894	60,17	692,62	33,06	32,16	126,96	0,54	40,79	0,42	6,72	67,01	493,22	256,65	9,7
ужин																
103		Суп картофельный с макаронами и с мясом	230	15,8	171,29	2,81	2,79	20,91	0,11	21,4	0,32	1,48	27,45	64,25	28,1	1,08