

Составлено:
 Директор _____ [И.О. Директора]
 Дата: _____



**Меню для обучающихся начальной звена образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 7 – 12 лет 25.04.2024 г**

№ по СП	Наименование блюда	Выход [г]	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Жир	Белки	Углеводы	Энергетическая ценность	С	А	В	Са	Р	Мg	К	
Завтрак	1 Бюфетный с сыром	50(10/15/5)	14,52	162,8	5,76	7,96	14,02	0,04	0,1	0,06	0,38	120,2	96	1,40	0,49
175	Каша из риса в сливки с маслом	210(200/10)	18,74	259,24	5,07	11,4	33,09	0,1	1,2	0,06	0,21	137,36	156,68	36,4	0,77
276	Чай с сахаром	200(15)	3,2	56,85	0,1	0,03	16,89	0	0	0	0	0	0	0	0
	Чай питьевой	40	2,84	35,2	0,04	0,32	10,44	0,06	0	0	0,04	3	34	5,1	0,44
	Итого	500	36,8	574,09	14,87	25,7	82,18	0,16	1,4	0,12	0,41	278,36	278,68	51,45	1,7
Обед	71 Суп-пюре овощной с морковью	80	8,04	12	0,7	0,1	4,72	0,01	5,7	0	1,64	21,08	24,11	12,54	0,8
	Щи из свеклы с капустой														
85	Картофель запеченный	205(200/5)	5,5	79,78	1,5	4,94	8,49	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	40,01	17,79	0,61
264	Салат из свеклы	300(50/25)	14,2	221	14,55	16,79	2,69	0,01	0,02	0,09	0	31,81	154,13	23,01	3,08
204	Макароны отварные	200	8,75	261,49	7,17	6,24	43,19	0,07	0	0,09	1,11	5,42	51,48	9,21	1,08
177	Чай с лимоном	200	3,2	56,16	0,16	0,03	15,2	0	3,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
	Чай питьевой	40	2,84	35,2	0,04	0,32	10,44	0,06	0	0	0,04	3	34	5,1	0,44
	Итого	805	34,99	719,01	22	28,62	86,69	0,11	27,48	0,27	5,24	89,11	342,87	64,41	0,68
всего	Щи из свеклы с капустой с картофель запеченный и с морковью	205(200/5)	11,39	79,78	1,5	4,94	8,49	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	40,01	17,79	0,61

Помо: _____
 Магистр: _____