Согласовано:
Директор
Дата: 02.05.24 (ФИО директора)

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит"
Санзядов Р.Ш.
Дата: 02.05.2024

Меню на 02.05.2024 года для обучающихся образовательных учреждений

Возрастная категория: с 12лет и старше

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	1	Бутерброд с маслом сливочным	40 (30/10)	8,94	146,2	2,33	8,49	14,66	0,03	0	0,04	0,13	8,4	22,5	4,2	0,35
	204	Макароны отварные с сыром	205(200/5)	22,37	286,32	10,95	9,41	38,33	0,07	0,14	0,07	1,1	66,21	121,92	14,52	1,13
	382	Какао 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
		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
	338	Яблоки св.порциями	100	9	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
		Итого	625	54,13	715,72	20,51	21,82	108,04	0,21	5,44	0,14	1,68	217,73	294,62	57,32	3,9
Обед	29	Салат из сырых овощей	100	12,58	73,9	1,09	6,04	3,78	0,03	13,21	0,03	2,32	25,42	35,62	18,84	0,66
	98	Суп крестьянский с крупой	250	4,8	109,76	1,89	4,97	14,28	0,05	18	0,23	2,36	23,5	50,1	20,75	0,65
	280	Фрикадельки из говядины,тушеные в соусе	100(50/50)	32,43	161,44	8,37	9,52	11,52	0,05	1,6	0,01	2,41	30,86	96,23	13,62	1,28
	303	Каша пшеничная вязкая	200	16,43	230,22	5,47	8,39	32,65	0,11	0	0,04	0,95	21,12	125,87	28,29	2,09
	349	Компот из сухофруктов	200	5,5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб Дарницкий	40	2,64	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Итого	890	74,38	799,37	20,51	29,28	94,44	0,24	32,81	0,31	8,04	100,9	307,82	81,5	4,68
	98	Суп крестьянский с крупой с мясом курицы	250	11,25	109,76	1,89	4,97	14,28	0,05	18	0,23	2,36	23,5	50,1	20,75	0,65

Повар. Ярар Ярахановы Ж.