Согласовано:
Директор
Петрова (ФИО директора)
Дата: 03.05.24г

Утверждаю:
Директор ООО "Общепит"
Сензяров Р.Ш.
Дата: 03.05.2024 г.

«Общепит Вкусно»

Меню на 03.05.2024 года для обучающихся образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12 лет и старше

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
завтрак	182	Каша полбяная молочная с маслом	260(250/10)	19,87	351,13	11,47	12,62	46,01	0,04	1,63	0,06	0,1	150,88	114,35	17,33	0,14
	379	Кофейный напиток с молоком	200	10,88	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,4	0,02	0	120	90	14	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
	338	мандарины св. порциями	100	21	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1
		Итого	**550**	**54,39**	**632,63**	**18,43**	**15,75**	**98,24**	**0,18**	**41,03**	**0,09**	**0,34**	**313,88**	**247,35**	**47,93**	**0,78**
	71	Помидоры свежие порциями	100	25,2	22	1,1	0,2	3,8	0,06	17,5	0,06	2,73	14	26	20	0,9
обед	103	Суп картофельный с макаронными 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
	290	Птица тушенная в смет.соусе	100(50/50)	25,33	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05
	302	Каша гречневая рассыпчатая	200	13,38	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19
	342	Компот из св.яблок	200	6,32	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	**890**	**80,37**	**802,02**	**33,06**	**32,36**	**126,99**	**0,54**	**40,76**	**0,42**	**6,72**	**97,01**	**455,22**	**256,95**	**9,7**
обед	103	Суп картофельный с макаронными изделиями и с мясом	250	13,95	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08

Повар: Ярахановой