

Согласовано:
Директор школы

Дата: 06.05.2024



Утверждаю:

Общественный инспектор
Вкусно и полезно
Дата: 06.05.2024

Меню на 06.05.2024 г

для обучающихся образовательных учреждений

Возрастная категория: с 12 лет и старше

(Понедельник)

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества									
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак	15	Сыр порциями	25	15,1	90	5,75	5,97	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25		
	173	Каша молоч.пшениная с маслом	210(200/10)	17,12	320,3	8,53	12,28	43,61	0,19	1,3	0,06	0,25	134,54	207,4	54,94	1,46		
	379	Кофейный напиток с молоком	200	10,88	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	0,130	0,02	0	120	90	14	0,1		
		Хлеб пшеничный	20	1,32	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22		
	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	555	65,42	644,2	19,72	21,22	86,12	0,32	39,47	0,15	0,6	513,54	452,4	91,49	2,13		
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		
	102	Суп картофельный с горохом	250	5,25	148,29	5,13	5,33	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	36,42	2,05		
	294	Котлеты рубленые из птицы с соусом	100(50/50)	34,75	164	8,45	9,85	10,36	0,13	0,84	0,13	1,79	37,94	48,8	13,4	0,98		
	309	Макароны отварные	200	8,75	267,03	7,24	6,52	43,61	0,07	0	0,03	1,12	5,54	52,04	9,3	1,09		
	349	Компот из смеси 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	69,47	877,27	25,6	28,1	109,46	0,46	27,78	0,46	7,68	103,62	224,34	77,96	4,78		

		Суп картофельный с горохом и с мясом																
	102	курицы	250	11,7	148,29	5,13	5,33	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	36,42	2,05		

Повар Ефим Ефимович Н.

Медсестра _____