

Согласовано:
 Директор:
 Дата: _____ г.



МЕНЮ

**для обучающихся начального звена образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет.
 На 06.05.2024 года**

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Дневная энергетическая ценность							Витамины и минеральные вещества						
				Ккал	Белок	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак																	
15	Сыр творожный	25	15,1	90	5,75	3,97	0	0,01	0,17	0,08	0,13	220	125	8,75	0,25		
171	Масло молочное топленое с маслом	150(150%)	13,84	216,12	6,33	7,15	31,88	0,14	0,97	0,04	0,18	100,18	153,46	40,8	1,07		
179	Маффины из сметаны с маслом	300	10,88	146,3	3,12	2,51	28,69	0,04	1,3	0,02	0	1,09	90	14	0,1		
	Клуб ягодный	20	1,32	47,6	1,53	0,19	9,72	0,01	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22		
188	Маффины с творогом	300	21	40	0,8	0,1	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1		
	Итого	500	61,14	542,02	17,52	18,09	74,37	0,17	40,44	0,13	0,51	479,18	398,66	77,35	1,74		
Обед																	
29	Салат из сыра свежий	60	7,55	44,34	0,65	1,62	2,27	0,01	7,93	0,01	1,19	15,25	21,37	11,2	0,4		
100	Суп картофельный с горошком	300	4,2	118,63	4,11	4,17	15,6	0,18	10,98	0,22	1,84	27,78	70,3	29,14	1,64		
294	Каша гречневая на воде с маслом	100(50/50)	34,75	164	8,45	8,85	35,36	0,13	0,84	0,13	1,79	37,94	48,8	13,4	0,98		
303	Макаронные изделия	300	8,75	267,49	7,19	6,24	43,19	0,07	0	0,01	1,11	5,62	21,46	12,1	1,08		
349	Жюльен из грибов шампиньонов	200	5,3	116,35	0,57	0	12,21	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Клуб ягодный	40	2,64	98	3,13	0,96	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Итого	800	63,39	813,51	24,07	24,98	103,62	0,4	19,75	0,4	3,25	86,39	191,93	63,85	4,1		
Ужин																	
102	Суп картофельный с горошком и с мясом	300	10,65	118,63	4,11	4,17	15,6	0,18	10,98	0,22	1,84	27,78	70,3	29,14	1,64		

Получено: _____
 Медсестра: _____