

Согласовано:
 Директор _____ (ФИО директора)
 Дата: _____ г.



Утверждено:
 Директор ООО "Общественный Центр"
 Генералов Р.Ш.
 Дата: 20.01.2024 г.

Меню на 12.01.2024 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	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
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	90	17,33	14	0,14		
379	Кобейный напиток с молоком	200	10,88	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,4	0,02	0	120	114,35	90	17,33	14	0,14		
	Хлеб пшеничный	40	2,56	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0,04	0	8	26	26	5,6	0,44			
338	мансарини св. порциями	100	25	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	11	0,1			
	Итого	590	58,31	632,63	18,43	15,75	98,24	0,18	41,03	0,09	0,34	313,88	247,35	247,35	47,93	47,93	0,78		
52	Салат из свежих овощей	100	4	89,85	1,35	6,08	7,87	0,02	9,5	0	2,73	35,15	40,85	20,9			1,33		
	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		
103	Птица тушенная в сметане	100(50/50)	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	20,07	276,58	184,24	6,19				
342	Компот из яблок	200	5	108,96	0,16	27,87	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2					0,4		
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,56	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0	0,56	14,8	71,2	22			1,08		
	Итого	890	65,44	869,87	33,31	38,24	131,06	0,5	32,76	0,36	6,72	118,16	470,07	257,85	257,85	10,13	10,13		
обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	16,5	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3			1,08		