Согласовано:
Директор
_____ (ФИО директора)
Дата

Директор ОО
Дата: 16.0

Меню на 16.05.2024 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
Завтрак	1	Бутерброд с маслом сливочным	40 (30/10)	9,18	146,2	2,33	8,49	14,66	0,03	0	0,04	0,13	8,4	22,5	
	204	Макароны отварные с сыром	205(200/5)	29,3	286,32	10,95	9,41	38,33	0,07	0,14	0,07	1,1	66,21	121,92	1
	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	
		Хлеб пшеничный	40	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	
	338	Яблоки св.порциями	100	12	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	
		Итого	**625**	**64,3**	**715,72**	**20,51**	**21,82**	**108,04**	**0,21**	**5,44**	**0,14**	**1,68**	**217,73**	**294,62**	5
Обед	29	Салат из сырых овощей	100	22,56	73,9	1,09	6,04	3,78	0,03	13,21	0,03	2,32	25,42	35,62	1
	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	2
	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	1
	303	Каша пшеничная вязкая	200	15,3	230,22	5,47	8,39	32,65	0,11	0	0,04	0,95	21,12	125,87	2
	349	Компот из сухофруктов	200	5,5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	
		Хлеб Дарницкий	40	2,64	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	
		Итого	**890**	**83,23**	**799,37**	**20,51**	**29,28**	**94,44**	**0,24**	**32,81**	**0,31**	**8,04**	**100,9**	**307,82**	

	98	Суп крестьянский с крупой с мясом курицы	250	11,49	109,76	1,89	4,97	14,28	0,05	18	0,23	2,36	23,5	50,1	

Повар: