

Составлен
 Директор _____ (ИМ) директор
 Дата: _____



Меню на 14.05.2024 года для обучающихся начальная школа образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 7 - 11 лет.

№ по СР	Наименование блюда	Выход (г/д)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	Мг	С	А	В	Са	Р	Мг	Fe	
Завтрак	140(7)3 Завтрак творожная со сметаной	150(140/20)		25	304,22	21,41	28,11	17,21	0,08	0,01	0,1	0,88	216,1	290	28,17	0,63
	270 Чай с сахаром	200(15)		3,2	56,85	0,1	0,02	14,98	0	0	0	0	0	0	0	0
	7 Бутерброд с колбасой и маслом	50		8,57	156,7	2,18	4,38	27,11	0,05	0,1	0,02	0,44	10,9	23,4	11,8	0,87
	Хлеб мякишкой	50		3,3	119	1,8	0,4	24,8	0,02	0	0	0,05	10	31,3	7	0,75
	Итого	500		41,03	636,77	27,69	33,24	85,71	0,14	0,42	0,12	0,97	237,2	337,8	47,43	2,25
Обед	67 Суп с овощами	60		5,4	74,02	0,8	0,89	4,11	0,03	7,77	0,13	2,72	15,32	24,65	11,12	0,48
	82 Сметаной	200(200/5)		8	90,04	1,57	4,87	10,71	0,04	0,88	5,23	1,98	35,20	45,28	22,01	0,94
	149 Роллет из субпродуктов	100		38,02	229,01	12,71	7,85	26,81	0,08	4,52	0,08	1,3	14,71	121,51	42,51	1,49
Итого	Хлеб. Дальневосточный	40		2,64	98	1,11	0,89	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого	300		51,46	427,1	14,37	16,14	78,84	0,12	22,17	6,48	7,98	86,07	191,48	73,67	2,48
	Итого	800		92,49	1063,87	42,06	49,38	164,55	0,26	26,59	0,64	1,95	323,27	529,28	121,10	4,73