Согласовано
Директор
_____(ФИО директора)
Дата_____г.

Утверждаю
Дата 22.05.2024

Меню для обучающихся образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12лет и старше на 22.05.2024 года

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Жиры	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	14	Масло сливочное порц	10	7,7	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02
	215	Сырники из творога с молоком сгущенным	210	69,79	170	32,52	16,91	51,42	0,1	0,792	88,56	0,084	422,1	470,64	95,82	2,205
	577	Чай с лимоном	200/15/7/1	3,2	55,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		Хлеб пшеничный	40	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	16	5,6	0,44
	138	Яблоки в порциях	100	11	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	0	1
		Итого	**570**	**94,83**	**459,16**	**36,17**	**25,91**	**95,94**	**0,17**	**7,592**	**88,61**	**1,234**	**445,3**	**509,18**	**63,46**	**3,705**
Обед	47	Салат из квашеной капусты с рис маслом	200	9,05	85,34	1,54	4,88	7,12	0,03	27,3	0,03	2,18	48,86	27,71	14,76	0,99
	101	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	7,5	121,95	2,82	2,78	20,91	0,11	21,6	0,12	1,48	27,45	68,25	28,1	1,08
	317	Рыба тушеная с соусом	100/50/50	46,12	95,78	9,29	1,98	3,28	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	100,19	3,1	0,1
	312	Пюре картофельное	150	13,22	251,42	4,78	12,51	33,23	0,21	7,96	0,16	0,33	57,94	136,89	42,15	1,02
	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5,5	126,03	0,13	0	31,21	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	94,5	3,05	0,65	17,75	0,09	0	0	0,1	18,5	89	27,5	1,35
		Итого	**950**	**85,09**	**742,87**	**21,7**	**22,73**	**111,51**	**0,49**	**57,89**	**0,66**	**5,27**	**188,12**	**412,01**	**116,71**	**4,44**

обед

	101	Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом	250	14,19	121,95	2,82	2,78	20,91	0,11	21,6	0,12	1,48	27,45	68,25	28,1	1,08

Повар _____

Медсестра _____