СОГЛАСОВАНО
Директор
_____Тихонова И.И.

УТВЕРЖДАЮ
ИП Васильев С.А.
_____Васильев С.А.

МЕНЮ НА 13.01.2024

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗАЦИОННОЕ) МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В 5 — 11 КЛАССАХ

Наименование блюда	Цена (руб)	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
ЗАВТРАК												
Каша пшеничная вязкая с маслом сливочным	20,44	200\5	21,8	24,93	25,17	291	0	0.4	0	0.7	86.3	0.3
Сыр порциями	9,68	15	5.75	5.97	0	90	0.01	0.17	0.06	0.13	220	0.25
Хлеб пшеничный	2,11	30	1.52	0.16	9.72	47.6	0.02	0	0	0.02	4	0.22
Чай с сахаром	2,77	200	0.2	0	19.8	77	0.01	5.28	2.49	2.49	7.11	0.11
ИТОГО	**35,00**											
ОБЕД												
Салат из моркови и яблока	7,50	80	0.48	0.06	1.68	9	1.2	6.6	0.66	0.42	1.38	1.98
Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со сметаной	22,00	250/5	2,5	2,48	20,91	122	0.09	17.28	0.26	1.18	21.96	0.86
Филе минтая, припущенное с овощами	25,04	50\50	9,29	1,78	3,29	65,8	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	0,1
Рис отварной	14,61	200	6,5	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69
Компот из сухофруктов	4,85	200	0.36	0	28.06	108.83	0.03	0	0	0.1	15.87	0.6
Хлеб ржаной	4,00	60	4,4	0,8	21,8	112	0	0	0	0	0	0
ИТОГО	**78,00**											