

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



**Меню на 22.09.2024 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет.
 Основное учебное время.**

№ по СР	Наименование блюда	Выход [гр]	Пищевая ценность						Витамин и минеральные вещества						
			Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	ЭТ	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
14	Молоко сгущенное	110	6,18	74,8	0,07	8,25	0,00	0	0	0,04	0,1	2,4	7	0	0,03
173	Каша манная с маслом	105(156/5)	14	218,12	6,31	7,15	91,86	0,14	0,97	0,04	0,10	100,18	153,60	40,8	1,01
Завтрак	Чай с фруктовым сиропом	200	0,04	33	0,54	0,3	8,58	0	1,38	0	16	0	0	0	0
	Каша манная	40	2,8	95,2	3,04	0,12	19,44	0,04	0	0	0,04	0	26	5,6	0,44
118	Молоко ст. жирности	100	1,1	42	0,4	0,3	9,5	0,02	5	0	6,4	19	76	3,2	2,1
	Итого	505	44,04	483,12	10,46	16,12	109,46	0,2	7,35	0,08	6,7	129,58	198,66	58,4	3,63
Обед	71 Супы с овощными супами	140	6,80	12	0,7	0,1	4,71	0,01	5,7	0	3,04	21,03	24,51	12,54	0,4
	Суп картофельный с макаронами	200	6,42	97,56	2,25	2,23	36,73	0,04	17,20	0,20	1,18	21,90	94,6	22,64	0,84
214	Воздушный салат с соусом	100(20/10)	38,04	318,76	2,21	5	10,02	0,04	0,67	0,03	2,54	40,20	352,07	8,82	0,4
113	Пюре картофельное	200	33,01	220,37	4,15	10,88	20,28	0,18	6,02	0,23	0,29	50,36	199,31	37	1,32
146	Валют на гарнир-сусло/сметана	200	4	38,80	0,67	0	12,31	0	0	0	0	0	0	0	0
	Каша манная сиропом	40	2,8	70,0	2,02	0,52	14,2	0,07	0	0	0,54	14,0	71,2	22	1,28
	Итого	800	72,7	680,34	17,8	18,78	105,06	0,42	30,52	0,52	6,21	151,69	362,69	100	4,46
	Суп картофельный с макаронами и салатом	200(90)	12,81	97,56	2,25	2,23	38,71	0,04	17,20	0,20	1,18	21,90	94,6	22,64	0,84