



Согласовано:
 Директор школы _____
 Дата: _____



Утверждаю:
 Директор ООО "Образовательный центр "Вкусный и полезный"
 Дата: 16.09.2024

Меню для обучающихся образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 16.09.2024 года
Осенне-зимний сезон

| № по СП | Наименование блюда | Выход (гр) | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | Витамины и минеральные вещества | | | Энергетическая ценность | | | | | |
|---------|-------------------------------------|-------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------------------------|-------------|--------------|-------------------------|-------------|---------------|---------------|--------------|-------------|
| | | | | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | В1 | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| 15 | Сыр порционными | 25 | 15,25 | 90 | 5,75 | 5,97 | 0 | 0,01 | 0,17 | 0,06 | 0,13 | 220 | 125 | 8,75 | 0,25 |
| 173 | Наша молоч.пшеница с маслом | 210(200/10) | 18,65 | 320,3 | 8,53 | 12,28 | 43,61 | 0,19 | 1,3 | 0,06 | 0,25 | 134,54 | 207,4 | 54,94 | 1,46 |
| 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 10,88 | 146,3 | 3,12 | 2,51 | 24,69 | 0,04 | 0,1,30 | 0,02 | 0 | 120 | 90 | 14 | 0,1 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1,4 | 47,6 | 1,52 | 0,16 | 9,72 | 0,02 | 0 | 0 | 0,02 | 4 | 13 | 2,8 | 0,22 |
| 338 | Мандарины св.порциями | 100 | 21,6 | 40 | 0,8 | 0,3 | 8,1 | 0,06 | 38 | 0,01 | 0,2 | 35 | 17 | 11 | 0,1 |
| | Итого | 555 | 67,78 | 644,2 | 19,72 | 21,22 | 86,12 | 0,32 | 39,47 | 0,15 | 0,6 | 513,54 | 452,4 | 91,49 | 2,13 |
| 43 | Салат из белочанной капусты | 100 | 6,67 | 86,07 | 1,48 | 5,08 | 8,98 | 0,03 | 36,01 | 0,21 | 2,32 | 40,57 | 29,96 | 16,42 | 0,54 |
| 102 | Суп картофельный с горохом, с мясом | 250/30 | 16,55 | 148,29 | 5,13 | 5,33 | 19,5 | 0,23 | 13,73 | 0,27 | 2,45 | 34,72 | 87,88 | 36,42 | 2,05 |
| 269 | Котлеты рубленые с соусом | 100(50/50) | 32 | 172,94 | 8,34 | 10,46 | 11,9 | 1,12 | 7,45 | 0,09 | 1,79 | 23,16 | 101,05 | 23,76 | 1,69 |
| 309 | Макаронные отварные | 200 | 10,35 | 267,03 | 7,24 | 6,52 | 43,61 | 0,07 | 0 | 0,03 | 1,12 | 5,54 | 52,04 | 9,3 | 1,09 |
| | Чай с фруктовым соком | 200 | 6,06 | 33 | 0,54 | 0,1 | 8,58 | 0 | 1,38 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Хлеб Дарницкий | 40 | 2,8 | 98 | 3,12 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого | 890 | 74,43 | 805,33 | 25,85 | 27,85 | 92,57 | 1,45 | 58,57 | 0,6 | 7,68 | 103,99 | 270,93 | 85,9 | 5,37 |

Повар _____
 Медсестра _____