

Составлено:
 Директор _____ (ИМО директора)
 Дата: _____ с.



Меню для обучающихся начального уровня образовательных учреждений
Возрастные категории: (7 – 11 лет) 18.09.2024 г
Сезон: зимний сезон.

№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества									
				Белок	Жиры	Углеводы	ЭЭ	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Кс		
Ватруха	14 Масло сливочное топленое	30	5,18	76,8	0,03	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,5	1	0	0,02		
211	Салатика творожная с яблоком	150(135/20)	81	342,83	22,28	16,79	31,73	0,08	0,31	0,09	0,57	296,53	327,04	35,19	0,82		
137	Чай с сахаром	200(15/75)	3	33,33	0,38	0,03	15,2	0	2,8	0	0,03	2,8	1,54	0,84	0,04		
	Чай сладкий	40	2,9	95,2	3,04	0,32	13,44	0,04	0	0	0,04	8	2,6	5,4	0,44		
338	Блюдо с картофелем	100	0	41	0,4	0,4	9,8	0,03	8	0,01	0,4	10	0	2	1		
	Итого	500	38,98	841,99	25,91	26,79	76,24	0,15	7,31	0,14	1,17	299,71	365,58	43,61	2,87		
Игорь	Салат из вареной капусты с																
47	джем из яблок	60	4	92,03	0,98	0	4,61	0,01	15,18	0	1,38	25,19	18,35	8,01	0,34		
	Суп картофельный с																
35	картофель отваренный, с маслом	200/30	11,43	87,54	2,25	2,23	16,75	0,09	17,38	0,35	1,18	21,96	54,0	21,04	0,86		
217	Рыба протушенная с картофелем	100(50/50)	27,17	65,76	9,17	1,78	1,24	0,04	1,03	0,04	0,39	35,14	100,79	1,1	0,11		
112	Пюре картофельное	200	15,41	220,37	4,15	10,88	16,19	0,17	6,92	0,13	0,29	50,38	110,11	37	1,12		
348	Компот из фруктов	200	9,45	124,18	1,08	0	11,31	0,03	0,83	0,12	1,14	33,09	93,79	21,71	0,96		
	Чай сладкий	80	2,8	98	1,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Итого	880	70,66	655,9	20,85	18,25	82,24	0,37	41,24	0,49	4,37	155,95	313,84	93,07	3,28		

Повар _____
 Медсестра _____