



12 дневное меню на 2023-2024 уч.год

**Возрастная категория: с 12 лет и старше .**

День 1 (Понедельник)

**Завтрак**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97		15,22
2.	173	Каша молоч.пшениная с маслом	210	320,3	8,53	12,28	43,61	15,10
3.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	9,00
4.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	1,71
5.	338	Фрукты	100	40	0,8	0,3	8,1	8,86
		<b>Итого</b>	<b>555</b>	<b>644,2</b>	<b>19,72</b>	<b>21,22</b>	<b>86,12</b>	<b>49,89</b>

**Обед**

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	
1.	43	Салат из белокочанной капусты.	100	86,07	1,48	5,08	8,98	3,57
2.	102	Суп картофельный с горохом	250	148,29	5,13	5,33	19,5	4,17
3.	269/331	Котлеты рубленые с томатным соусом	100	172,94	8,34	10,46	11,9	33,58
4.	309	Макароны отварные	200	267,03	7,24	6,52	43,61	7,90
5.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	6,85
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		2,56
		<b>Итого</b>	<b>890</b>	<b>805,33</b>	<b>25,85</b>	<b>27,85</b>	<b>92,57</b>	<b>58,63</b>

Старший повар \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер о/п \_\_\_\_\_ /Виноградова Л.В