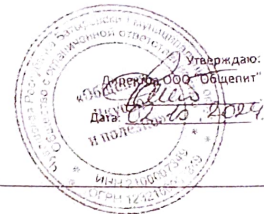


Согласовано:
Директор

Дата:

(ФИО директора)



Меню для обучающихся образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 02.10.2024 года
Осенне-зимний сезон

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак	14 Масло сливочное пощ.	10	9,18	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02
	223 Запеканка творожная со сгущ. молоком	220(200/20)	33	493,29	31,68	23,99	37,47	0,09	0,58	0,14	0,67	320,56	439,24	43,98	1,47
	377 Чай с лимоном	200(15/7)	3	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
	Хлеб пшеничный	40	2,8	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	338 Яблоки св.порциями	100	9,2	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
	Итого	570	57,18	767,45	35,33	32,99	81,99	0,16	7,38	0,19	1,22	343,76	477,78	52,42	2,97
Обед	47 Салат из квашенной капусты с раст.маслом	100	6,88	81,19	1,59	4,99	7,12	0,02	27,3	0,03	2,38	48,88	27,71	14,76	0,59
	103 Суп картофельный с макарон.изделиями	250	8,41	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08
	227 Рыба припущенная с соусом	100	34,43	65,76	9,29	1,78	3,29	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	100,19	3,1	0,1
	312 Пюре картофельное	230	15,61	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52
	348 Комплот из куриги	200	9,43	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,5	94,5	3,65	0,65	17,75	0,09	0	0	0,7	18,5	89	27,5	1,35
	Итого	920	78,26	741	23,21	22,72	110,63	0,51	58,72	0,77	6,41	221,19	442,2	137,92	5,3
	103 Суп картофельный с макарон.изделиями	250	14,56	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08

Повар

Медсестра

Евгений Ефимович