



Согласовано: _____
 Директор (ФИО директора)
 Дата: _____
 Утверждаю: _____
 Директор ООО "Общепит"

 Дата: 24.09.2024 г.

Меню на 24.09.2024 года для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 12 лет и старше
 Осенне-зимний сезон.

| № по СП | 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 330/223 | Запеканка творожная со сметан.соус. | 215(180/35) | 33 | 409,5 | 28,74 | 21,95 | 23,41 | 0,09 | 0,47 | 0,13 | 0,65 | 290,25 | 397,38 | 39,1 | 1,11 |
| 376 | Чай с сахаром | 200(15) | 2 | 56,85 | 0,1 | 0,03 | 14,99 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 2 | Бульброд с повидлом | 55 | 10,9 | 156,7 | 2,38 | 4,39 | 27,11 | 0,05 | 0,1 | 0,02 | 0,44 | 10,9 | 29,4 | 11,3 | 0,87 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,5 | 95,2 | 3,04 | 0,32 | 19,44 | 0,04 | 0 | 0 | 0,04 | 8 | 26 | 5,6 | 0,44 |
| 209 | Рйцо вареное | 40 | 11 | 62,8 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 0,03 | 0 | 0,1 | 0,24 | 22 | 76,8 | 4,8 | 1 |
| | Итого : | 550 | 60,4 | 781,05 | 39,34 | 31,29 | 85,23 | 0,21 | 0,57 | 0,25 | 1,37 | 331,15 | 529,58 | 60,8 | 3,42 |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 67 | Винегрет овощной | 100 | 9,67 | 124,34 | 1,34 | 10,11 | 6,86 | 0,05 | 12,95 | 0,22 | 4,54 | 26,65 | 41,08 | 18,53 | 0,77 |
| 82 | Борщ с капустой картофелем со смет. | 255(250/5) | 13,5 | 114,89 | 2,04 | 5,96 | 14,37 | 0,05 | 12,35 | 0,27 | 2,5 | 45,01 | 58,06 | 28,33 | 1,24 |
| 291 | Плов из птицы | 200 | 40,13 | 305,34 | 16,94 | 10,46 | 35,74 | 0,1 | 6,03 | 0,1 | 4,4 | 46,34 | 175,34 | 54,04 | 1,98 |
| 348 | Компот из кураги | 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 Дарницкий | 40 | 2,8 | 98 | 3,12 | 0,36 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого | 895 | 75,53 | 766,75 | 24,52 | 26,89 | 88,3 | 0,22 | 32,16 | 0,71 | 12,58 | 151,08 | 304,67 | 122,61 | 4,65 |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 82 | Борщ с капустой картофелем со смет. | 255(250/5/30) | 19,65 | 114,89 | 2,04 | 5,96 | 14,37 | 0,05 | 12,35 | 0,27 | 2,5 | 45,01 | 58,06 | 28,33 | 1,24 |