

Согласовано:
 Директор _____ (ИМО директора)
 Дата _____



Меню для обучающихся образовательных учреждений															
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 01 октября 2024 года															
Объем: завтрак															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белок	Жиры	Углеводы	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак	177 Яйцо вареное из расчета яйца с маслом	240 (250/100)	19,06	247,78	9,87	16,52	40,25	0,22	1,61	0,07	1	178,07	290,89	86,73	2,09
	381 Начо с мясом	200	11,55	143	5,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	105,12	116,2	31	0,98
	2 Суп-пюре с говядиной	55	10,9	156,7	3,38	4,49	27,11	0,05	0,3	0,02	0,44	10,9	29,4	11,3	0,47
	Хлеб пшеничный	40	2,8	96,2	1,04	0,22	19,44	0,08	0	0	0,04	4	26	3,0	0,44
	Итого	555	44,01	762,68	19,66	24,43	112,61	0,36	3,61	0,11	1,49	322,99	462,49	134,82	4,38
Обед	87 Булгур с овощами	100	9,47	114,34	1,34	10,11	6,86	0,05	12,95	0,22	4,54	26,85	41,04	16,51	0,77
	82 Борщ с капустой вареной со смет.	255 (250/5)	9,39	114,89	2,04	5,94	14,37	0,05	12,35	0,23	1,5	45,01	58,06	34,31	1,24
	279 Тортельни: рубленные с соусом	110(90/50)	9	233,1	7,47	8,31	8,05	0,03	0	0,01	2,89	14,26	78,4	13,64	1,14
	352 Яйца вареные рассчитаны с маслом	210(210/10)	17,2	209,81	11,64	9,7	37,26	0,24	0	0,03	0,82	20,07	278,26	184,14	6,19
	240 Макарун из смеси суфлефакта	300	3	126,07	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб дижитал	40	2,8	96	1,12	0,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	20	1,4	47,4	1,52	0,09	9,72	0,02	0	0	0,02	4	1,5	2,8	0,22
Итого	815	71,9	1009,89	27,7	31,66	128,47	0,49	25,3	0,04	10,78	113,99	467,12	243,96	9,96	
82 Борщ с капустой вареной со смет.	255 (250/5)	15,88	114,89	2,04	5,94	14,37	0,05	12,35	0,23	1,5	45,01	58,06	34,31	1,24	

Подпись _____
 Место печати _____