

Согласовано:
 Директор _____ (ИИО директор)
 Дата _____



**Меню для обучающихся начальной школы образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 03.10.2024 г.
 Осенне-зимний сезон.**

№ по СП	Наименование блюда	Валют (ру)	Цена, руб.	Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества						
				Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Заказ	3 Бутерброд с сыром	30 (30/13/5)	19,36	162,6	5,26	7,95	14,82	-0,04	0,1	0,03	0,16	139,2	98	6,43	0,49
	175 Каша из риса и пшена с маслом	100(200/20)	18,7	228,24	9,37	11,4	23,04	0,1	1,3	0,03	0,21	127,36	156,69	16,4	0,77
	176 Чай с сахаром	200(15)	2	36,85	0,1	0,03	14,79	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	40	2,8	95,3	3,04	0,33	19,44	0,04	0	0,04	0	1	70	5,8	0,44
	Итого	309	39,86	574,09	14,87	19,7	62,14	0,18	1,4	0,12	0,41	274,56	278,69	31,45	1,7
Обед	71 Супчик с говядиной кусочками	400	6,84	12	0,42	0,3	4,72	0,01	5,7	0	1,04	21,99	24,51	12,54	0,8
	Щи из свежей капусты с картошкой	200(75)	8,81	39,26	1,5	4,94	0,45	0,05	18,04	0,21	1,92	33,18	40,01	17,79	0,63
	260 Голубцы со свеклой	300	59,46	221	14,55	16,79	2,83	0,08	0,92	0,03	0	21,82	154,15	22,03	3,06
	300 Макароны отварные	300	10,35	262,49	7,17	6,24	43,18	0,07	0	0,03	1,11	1,42	31,46	6,21	1,98
	177 Чай с лимоном	200(15/7)	3	59,18	0,18	0,03	15,1	0	3,8	0	0,02	2,8	1,94	0,94	0,04
	Хлеб пшеничный	40	2,8	75,0	2,82	0,52	14,2	0,07	0	0	0,06	14,8	11,2	22	1,68
	Хлеб пшеничный	20	1,4	47,6	1,51	0,18	9,72	0,03	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
	Итого	883	92,68	757,63	26,24	28,78	96,41	0,23	27,46	0,27	5,26	103,11	355,87	87,21	6,81
	Щи из свежей капусты с картошкой	200(75)	14,98	79,79	1,5	4,94	0,45	0,05	18,04	0,21	1,92	33,18	40,01	17,79	0,63

Повар _____
 Министр _____