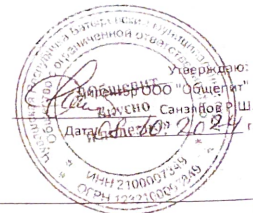




Согласно: *[Signature]*  
 Директор:  
 Дата: *08.10.2024* (ФИО директора)



Утверждаю:  
*[Signature]*  
 Директор  
 Дата: *08.10.2024*

**Меню на 08.10.2024 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     | B1                              | C           | A            | E           | Ca          | P             | Mg            | Fe            |             |
| <b>Завтрак</b> | <b>330/223</b>     | <b>Запеканка творожная со сметан.соус.</b> | 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                  | Бутерброд 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                | Яйцо вареное                               | 40            | 11               | 62,8          | 5,08         | 4,6          | 0,28                            | 0,03        | 0            | 0,1         | 0,24        | 22            | 76,8          | 4,8           | 1           |
|                |                    | <b>Итого :</b>                             | <b>550</b>    | <b>60,4</b>      | <b>781,05</b> | <b>39,34</b> | <b>31,29</b> | <b>85,23</b>                    | <b>0,21</b> | <b>0,57</b>  | <b>0,25</b> | <b>1,37</b> | <b>331,15</b> | <b>529,58</b> | <b>60,8</b>   | <b>3,42</b> |
| <b>обед</b>    | <b>67</b>          | <b>Винегрет овощной</b>                    | 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        |
| <b>Обед</b>    | <b>291</b>         | <b>Плов из птицы</b>                       | 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           |
|                |                    | Хлеб пшеничный                             | 20            | 1,4              | 47,6          | 1,52         | 0,16         | 9,72                            | 0,02        | 0            | 0           | 0,02        | 4             | 13            | 2,8           | 0,22        |
|                |                    | <b>Итого</b>                               | <b>815</b>    | <b>76,93</b>     | <b>814,35</b> | <b>26,04</b> | <b>27,05</b> | <b>98,02</b>                    | <b>0,24</b> | <b>32,16</b> | <b>0,71</b> | <b>12,6</b> | <b>155,08</b> | <b>317,67</b> | <b>125,41</b> | <b>4,87</b> |
| <b>обед</b>    | <b>82</b>          | <b>Борщ с капустой картофелем со смет.</b> | 255(250/5/30) | 19,35            | 114,89        | 2,04         | 5,96         | 14,37                           | 0,05        | 12,35        | 0,27        | 2,5         | 45,01         | 58,06         | 28,33         | 1,24        |

*Повар: Шаф Францисковна Д*