

Составлено:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ИМД директара)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.



**Меню на 21.10.2024 года для обучающихся образовательных учреждений**  
**Возрастная категория: с 12 лет и старше**  
**Основ: детский сад**

| № п/п          | QR | Наименование блюда                        | Выход (г)   | Цена, руб.   | Пищевая ценность |              |              |               |             | Витамины и минеральные вещества |             |             |               |               |               |             |
|----------------|----|---|-------------|--------------|------------------|--------------|--------------|---------------|-------------|---------------------------------|-------------|-------------|---------------|---------------|---------------|-------------|
|                |    |   |             |              | Кило             | Граммы       | Милли        | Микро         | Углеводы(г) | С                               | А           | Е           | Ca            | Р             | Mg            | Fe          |
| <b>завтрак</b> |    |   |             |              |                  |              |              |               |             |                                 |             |             |               |               |               |             |
| 183            |    | Масса творожная зернистая с маслом        | 200(250/12) | 22,9         | 251,17           | 11,87        | 1,42         | 46,01         | 0,04        | 1,63                            | 0,06        | 0,1         | 150,88        | 134,35        | 17,33         | 0,24        |
| 376            |    | Подобный салатик с мясом                  | 200         | 93,88        | 146,1            | 3,12         | 2,51         | 24,07         | 0,04        | 1,4                             | 0,07        | 0           | 1,07          | 90            | 14            | 0,1         |
|                |    | Хлеб пшеничный                            | 40          | 2,8          | 95,1             | 3,94         | 0,32         | 19,44         | 0,04        | 0                               | 0           | 0,04        | 8             | 20            | 5,6           | 0,44        |
| 318            |    | макаронки (с. твердые)                    | 100         | 27           | 45               | 0,8          | 0,3          | 8,1           | 0,08        | 38                              | 0,07        | 0,2         | 35            | 17            | 11            | 0,1         |
|                |    | <b>Итого</b>                              | <b>940</b>  | <b>41,58</b> | <b>632,63</b>    | <b>18,43</b> | <b>15,75</b> | <b>98,24</b>  | <b>0,18</b> | <b>41,03</b>                    | <b>0,09</b> | <b>0,24</b> | <b>111,88</b> | <b>147,25</b> | <b>47,03</b>  | <b>0,28</b> |
| <b>обед</b>    |    |   |             |              |                  |              |              |               |             |                                 |             |             |               |               |               |             |
| 62             |    | Салат из свеклы                           | 100         | 5            | 81,85            | 1,35         | 0,08         | 7,87          | 0,02        | 9,5                             | 0           | 2,73        | 35,15         | 40,85         | 20,0          | 1,13        |
|                |    | Суп картофельный с макаронками            |             |              |                  |              |              |               |             |                                 |             |             |               |               |               |             |
| 101            |    | отделочка                                 | 250         | 8,07         | 121,95           | 1,82         | 2,79         | 20,31         | 0,11        | 21,6                            | 0,32        | 1,48        | 17,45         | 68,25         | 26,3          | 1,08        |
| 206            |    | Пюре тушенное в сметане                   | 100         | 24,02        | 113,8            | 14,42        | 19,95        | 2,95          | 0,07        | 0,06                            | 0,01        | 0,97        | 16,89         | 9,94          | 1,61          | 0,05        |
| 303            |    | Масса картофельная размятая               | 200         | 17,7         | 394,53           | 11,64        | 9,7          | 57,26         | 0,28        | 0                               | 0,03        | 0,82        | 20,07         | 276,58        | 184,24        | 8,19        |
| 342            |    | Компот из яблок                           | 200         | 7,7          | 108,96           | 0,16         | 0,14         | 27,87         | 0,01        | 1,6                             | 0           | 0,26        | 4             | 3,2           | 0,35          | 0,4         |
|                |    | Хлеб Дарницкий                            | 40          | 2,8          | 95               | 3,12         | 0,32         | 19,44         | 0,04        | 0                               | 0           | 0           | 8             | 20            | 5,6           | 0,44        |
|                |    | Хлеб пшеничный                            | 20          | 1,4          | 47,8             | 1,56         | 0,16         | 9,72          | 0,02        | 0                               | 0           | 0,02        | 4             | 10            | 2,8           | 0,22        |
|                |    | <b>Итого</b>                              | <b>910</b>  | <b>68,69</b> | <b>999,87</b>    | <b>35,01</b> | <b>38,24</b> | <b>136,58</b> | <b>0,45</b> | <b>32,76</b>                    | <b>0,28</b> | <b>6,38</b> | <b>107,36</b> | <b>411,87</b> | <b>138,65</b> | <b>9,27</b> |
| <b>всего</b>   |    |   |             |              |                  |              |              |               |             |                                 |             |             |               |               |               |             |
| 101            |    | Суп картофельный с макаронками и сметаной | 250(30)     | 13,86        | 121,95           | 1,82         | 2,79         | 20,31         | 0,11        | 21,6                            | 0,32        | 1,48        | 17,45         | 68,25         | 26,3          | 1,08        |