

Согласовано
 Директор
 Дата



Утверждено
 Директор ООО "Общими"
 Дата: 16.10.2024г.

Меню для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 12 лет и старше на 16.10.2024 года
 Осенне-зимний сезон

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
Завтрак	14	Масло сливочное порц.	10	9,18	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02
	223	Запеканка творожная со сгущ.молоком	220(200/20)	33	493,29	31,68	23,99	37,47	0,09	0,58	0,14	0,67	320,56	439,24	43,98	1,47
	377	Чай с лимоном	200(15/7)	3	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		Хлеб пшеничный	40	2,8	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	338	Яблоки св.порциями	100	9,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
		Итого	570	57,48	767,45	35,33	32,99	81,99	0,16	7,38	0,19	1,22	343,76	477,78	52,42	2,97
Обед	47	Салат из квашенной капусты с раст.маслом	100	7,85	81,19	1,59	4,99	7,12	0,02	27,3	0,03	2,38	48,88	27,71	14,76	0,59
	103	Суп картофельный с макарон.изделиями	250	6,87	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08
	227	Рыба припущенная с соусом	100	30	65,76	9,29	1,78	1,29	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	100,19	3,1	0,1
	312	Пюре картофельное	230	15,61	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52
	348	Компот из кураги	200	9,43	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,84	0,12	1,14	31,08	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	1,3	2,8	0,22
		Итого	920	72,56	792,1	24,2	22,59	102,6	0,44	58,72	0,77	5,73	206,69	366,2	113,22	4,17
	103	Суп картофельный с макарон.изделиями с мясом	250/30	12,72	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08

Повар

Медсестра

Ефет *Ефенасово ДР.*