

Согласовано:
 Директор школы _____

Дата: _____



Меню для обучающихся образовательных учреждений																
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 14.10.2024 года																
Один-дневный завтрак																
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность						Витаминно-минеральные вещества						
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	ВВ	С	А	В	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак	15 Сыр тертый	25	16,12	90	5,71	5,97	0	0,01	0,17	0,06	0,12	220	120	8,71	0,25	
	172 Паша молочная с маслом	210(200/10)	34	325,5	8,51	11,28	43,61	0,19	1,3	0,06	0,25	134,34	207,4	54,94	1,46	
	176 Софийский напиток с мяском	200	10,88	146,5	3,12	2,51	24,68	0,04	0,130	0,02	0	120	90	14	0,1	
	Хлеб пшеничный	30	1,4	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	3,4	0,22	
	118 Мацарены окорасные	200	28,2	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,05	0,2	35	17	11	0,1	
	Итого	555	70,6	644,2	19,72	21,22	86,12	0,52	39,47	0,15	0,6	513,34	452,4	91,49	2,13	
Обед	41 Салат из белокочанной капусты	300	0,97	86,07	1,48	5,08	8,98	0,03	36,01	0,21	2,32	40,57	29,96	16,42	0,54	
	102 Суп картофельный с горошком	250	8,82	348,29	5,13	5,33	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	16,42	2,05	
	106 Картофель тушеный с соусом	300	37	172,94	8,14	20,40	13,9	3,12	7,45	0,09	1,78	23,10	101,05	23,76	1,68	
	109 Макароны отварные	200	10,25	247,03	7,24	6,52	43,83	0,07	0	0,03	1,12	5,54	52,04	6,3	1,08	
	Чай с фруктовым вкусом	200	0,06	33	0,54	0,1	8,18	0	1,38	0	0	0	0	0	0	
	Хлеб Дарницкий	40	1,8	98	3,12	0,30	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	
	Итого	910	68,3	852,93	27,37	28,01	102,29	1,47	58,37	0,4	7,2	187,99	389,93	88,7	5,93	
	102 Суп картофельный с горошком с мясом	250/30	14,67	348,29	5,13	5,33	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	16,42	2,05	

Повар _____

Медсестра _____