

Сотрудники:
 Директор: _____ (ИМГО дирекция)
 Дата: _____ г.



**Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 15.10.2024г
 Осенне-зимний сезон.**

№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Завтрак																	
173	Пюре картофельное из картофеля вареного с маслом	210(200/20)	25,04	280,8	7,03	13,34	43,83	0,38	1,3	0,04	0,8	140,83	234,85	70,08	1,69		
187	Каша пшеничная	205	33,55	143	3,79	3,3	35,20	0,04	1,3	0,07	0,07	130,73	110,7	31	0,90		
2	Пюре картофеля с помидором	55	23,9	250,7	2,36	4,33	33,13	0,05	0,3	0,03	0,44	10,9	29,4	33,8	0,87		
	Хлеб пшеничный	40	2,8	95,2	3,04	0,37	19,44	0,04	0	0	0,04	0	26	5,6	0,44		
	Итого	305	44,80	674,8	16,84	21,25	104,87	0,33	2,7	0,3	1,29	287,85	406,55	117,90	3,98		
Обед																	
47	Каша гречневая	85	5,8	74,4	0,8	0,00	4,11	0,03	1,77	0,13	1,72	15,39	24,65	11,13	0,40		
82	Борщ с капустой вареной со смет.	204(200/5)	7,65	90,04	1,57	4,87	10,71	0,04	9,88	0,23	1,90	35,52	43,29	22,03	0,94		
239	Пюре картофельное с соусом	110	32	139,3	7,47	8,37	6,05	0,03	0	0,02	2,86	18,26	70,4	13,60	3,14		
302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	155(150/5)	17,7	268,46	8,67	6,35	42,64	0,23	0	0,03	0,83	14,9	205,9	137,2	4,63		
349	Компот из смеси сухофруктов	205	5	124,05	0,57	0	31,23	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб пшеничный	40	2,8	95,2	3,04	0,37	19,44	0,04	0	0	0,04	0	0	0	0		
	Хлеб пшеничный	20	1,4	47,6	1,52	0,19	9,72	0,02	0	0	0,02	0	7,1	3,8	0,22		
	Итого	770	71,30	863,85	24,72	26,14	907,44	0,33	17,65	0,39	8,37	88,47	365,44	186,8	7,37		
Ужин																	
82	Борщ с капустой вареной со смет.	204(200/5)	13,80	90,04	1,57	4,87	10,71	0,04	9,88	0,23	1,90	35,52	43,29	22,03	0,94		

Помощник: _____
 Мастер: _____