

Составлено:  
 Директом \_\_\_\_\_ (ИНО директором)  
 Дата \_\_\_\_\_ г.



**Меню для обучающихся начальной школы образовательных учреждений  
 Возрастная категория: с 7 – 12 лет на 16.10.2024 г.  
 Питание: завтрак.**

№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Подовая ценность				Витаминный и минеральный состав							
				Кал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	С	Ca	P	Mg	Fe
14	Мясно-овощное пюре	10	9,18	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	3,4	0	0	0,02
228	Вегетарианский творожный с мясом	150(110/20)	33	307,33	22,26	10,78	31,71	0,08	0,53	0,08	0,57	206,51	227,54	16,18	0,82
377	Чай с лимоном	200(15/7)	3	59,16	0,14	0,03	33,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,04	0,04
41	Джем малиновый	40	2,8	26,2	0,04	0,32	15,93	0,01	0	0	0,06	0	3,6	1,0	0,14
128	Мюсли с орехами	100	9,5	40	3,4	0,4	8,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>57,48</b>	<b>661,99</b>	<b>25,91</b>	<b>25,78</b>	<b>76,28</b>	<b>0,19</b>	<b>7,81</b>	<b>0,14</b>	<b>1,12</b>	<b>209,71</b>	<b>269,58</b>	<b>19,48</b>	<b>2,32</b>
	Салат из вареной курицы с макаронами	90	4,71	90,08	0,96	4	4,61	0,01	15,18	0	1,38	25,19	18,55	6,62	0,34
273	Макароны с сыром	200	5,3	47,56	1,25	1,71	16,71	0,03	17,28	0,28	1,18	21,96	54,6	23,94	0,89
277	Рыба отварная с соусом	100	35	82,22	0,92	1,03	3,33	0,26	1,03	0,04	0,18	35,34	106,19	1,1	0,1
312	Пюре картофельное	200	15,61	238,13	0,88	10,94	36,14	0,18	6,92	0,23	0,29	50,38	110,51	37	1,32
148	Помидор на гриле	200	6,41	144,18	1,08	5	11,11	0,02	0,83	0,13	1,34	33,08	39,18	21,75	0,44
46	Клей Диетический	40	1,8	98	0,19	0,16	0	0	0	0	0	0	0	0	0
39	Клей витаминный	30	1,4	47,4	1,12	0,14	9,71	0,02	0	0	0,63	4	11	3,9	0,23
	<b>Итого</b>	<b>830</b>	<b>69,45</b>	<b>227,3</b>	<b>24,83</b>	<b>19,72</b>	<b>92,66</b>	<b>0,39</b>	<b>41,24</b>	<b>0,63</b>	<b>4,38</b>	<b>169,95</b>	<b>326,06</b>	<b>95,87</b>	<b>3,5</b>
101	Суп картофельный с макаронами, с мясом	200/30	11,65	97,56	1,25	1,71	16,71	0,03	17,28	0,28	1,18	21,96	54,6	23,94	0,89

Повар \_\_\_\_\_  
 Медсестра \_\_\_\_\_