

Согласовано
 Директор _____ (ИИО дирекции)
 Дата _____



**Меню для обучающихся образовательных учреждений
 Выходные категории: с 12:00 и старше на 16.10.2024 года
 Оценка пищевой ценности**

№ по ОК	Наименование блюда	Выход (шт)	Цена, руб	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества															
				Белок	Жиры	Углеводы	В1	С	А	К	Са	Р	Мg	Fe											
Завтрак																									
14	Масло сливочное топленое	10	0,18	74,8	0,75	0,75	0,08	0	0	0,04	0,1	1,4	0	0	0	0	0								
220	Дрожжи пекарские соевые, сухие	200(200/20)	0	461,24	31,68	25,86	37,47	0,09	0,18	0,14	0,07	325,56	436,14	43,08	1,47										
377	Чай зеленый	200(10/2)	0	55,18	0,14	0,02	15,2	0	0,8	0	0,01	2,8	1,54	0,04	0,04										
	Чай зеленый	40	0,4	9,5,4	0,04	0,02	3,44	0,04	0	0	0,04	0	2,6	0,4	0,04										
	Чай зеленый	100	0,5	23,8	0,4	0,4	8,6	0,07	0,4	0,01	0,6	3,5	0	0	0										
136	Бублики шоколадные	100	0,5	41	0,4	0,4	9,6	0,07	0,4	0,01	0,6	3,5	0	0	0										
	Итого	570	0,748	707,40	35,95	32,98	62,99	0,18	0,78	0,18	1,22	341,76	477,78	52,47	2,97										
Обед																									
47	Салат из вареной курицы с раст. маслом	100	7,85	81,18	1,33	4,33	1,12	0,03	27,3	0,03	2,39	46,08	27,71	34,76	0,55										
101	Суп картофельный с мякотью картофеля	210	8,87	121,95	2,82	2,78	20,91	0,11	17,6	0,31	1,49	27,45	88,25	28,1	1,08										
217	Рыба копченая с маслом	300	30	65,70	7,75	1,78	4,29	0,06	1,07	0,04	0,19	75,24	193,19	3,1	0,1										
312	Пюре картофельное	230	15,61	251,42	4,38	12,51	30,23	0,73	7,86	0,24	0,11	57,04	129,86	42,55	1,52										
348	Компот из яблок	400	0,43	124,38	1,09	0	31,33	0,01	0,83	0,17	1,14	13,08	30,19	21,71	0,06										
	Комп. Дрожжевой	40	0,4	90	0,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0										
	Комп. Пшеничный	20	1,4	47,0	1,57	0,16	0,72	0,01	0	0	0,01	4	11	1,08	0,22										
	Итого	920	22,96	792,3	14,1	22,98	69,6	0,44	56,73	0,77	5,73	206,45	466,2	113,23	4,17										
	Суп картофельный с мякотью картофеля с маслом	250(20)		32,72	121,95	1,81	1,75	18,31	0,11	13,6	0,32	1,49	27,45	88,25	28,3	1,08									

Повар _____
 Младший _____