

Согласовано:
 Директор _____ (ФИО директора)
 Дата: _____



Меню для обучающихся начальной школы образовательных учреждений Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 21.10.2024 г. Основное учебный сезон																	
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Положительная энергетическая ценность						Витамины и минеральные вещества							
				Кал	Белок	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
	3 Баттерброд с сыром	30 (10/15/5)	16,30	162,6	5,70	7,95	14,61	0,04	0,1	0,06	0,18	1,91,7	86	9,40	0,49		
Завтрак	174 Паштет мясной с маслом	100(10/10)	16,43	101,33	4,43	6,31	28,85	0,06	0,07	0,04	0,18	32,91	117,53	26,75	0,41		
	161 Паштет с маслом	100	11,55	149	3,79	3,7	25,81	0,04	3,3	0,02	0,03	125,17	139,7	31	0,98		
	Хлеб пшеничный	20	1,4	47,6	1,52	0,14	9,72	0,02	0	0	0,03	4	13	2,6	0,22		
	330 Яйцо (ц. куриное)	100	9,5	45	0,4	0,4	8,9	0,03	4	0,01	0,4	10	8	1	1		
	Итого	325	55,27	589,79	15,88	18,07	88,9	0,17	6,37	0,13	0,77	371,25	350,59	71,88	1,1		
	92 Салат из моркови с сельдереем	60	4	49,02	0,74	0,25	0,89	0,04	2,02	0,04	0	15,48	31,66	11,61	0,4		
Обед	302 Суп картофельный с горошком	200	7,09	118,63	4,11	4,27	15,4	0,18	30,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64		
	Колбасы рубленые на сковороде с соусом	100	32	166	6,45	3,85	30,36	0,13	0,64	0,13	1,79	37,54	68,8	13,6	0,98		
	309 Макароны отварные	100	10,15	262,49	7,27	0,14	43,16	0,07	0	0,03	1,11	5,42	11,46	0,21	1,08		
	345 Компот из смеси сухофруктов	100	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб пшеничный	40	2,8	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб пшеничный	20	1,4	47,4	1,52	0,16	0,72	0,03	0	0	0	4	13	2,6	0,22		
	Итого	828	62,64	865,79	25,68	26,93	117,97	0,44	13,84	0,42	4,88	86,6	215,22	76,58	4,32		
Обед	302 Суп картофельный с горошком и с мясом	300/10	11,94	118,63	4,11	4,27	15,4	0,18	30,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64		