

Согласовано:
 Директор _____ (ИМО директор)
 Дата: _____ г.



Меню на 24.10.2024 года для обучающихся образовательных учреждений																
Взрослые посетители с 12 лет и старше																
Объем: дневной рацион																
№ по СР	Наименование блюда	Выход (г/шт)	Цена	Пищевая ценность					Витаминно-минеральные вещества							
				Белок	Жиры	Углеводы	С	А	В	Са	Р	Мg	Fe			
Заправка	1 Пюре картофельное с маслом сливочным	40 (30/10)	13,20	146,2	2,11	9,49	14,66	0,03	0	0,04	0,13	0,9	22,5	4,2	0,33	
	204 Макароны отварные с сыром	205 (200/5)	23,00	285,32	10,95	0,41	18,33	0,07	0,14	0,07	1,1	66,21	121,92	14,52	5,33	
	362 Каша с маком	200	11,55	141	3,79	1,7	25,01	0,04	1,3	0,02	0,03	125,12	136,2	31	0,88	
	Каша овсяная	40	2,8	35,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,8	0,44	
	207 Пюре картофельное	40	11	62,8	5,09	4,0	0,29	0,01	0	0,1	0,28	77	36,8	8,8	1	
355 Пюре картофельное	100	9,5	45	0,4	0,2	3,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	7	1		
	Итого	624	69,2	776,52	25,59	26,42	106,32	0,24	5,44	0,24	1,90	239,73	371,42	61,12	4,0	
Обед	83 Салат из белокочанной капусты	200	0,67	88,07	1,46	3,08	8,99	0,03	36,21	0,71	2,32	41,57	29,98	16,42	0,68	
	180 Суп крестьянский с крутой	210	10,18	109,76	1,89	4,97	16,29	0,05	18	0,73	2,36	23,5	30,1	30,75	0,65	
	Промысловые мясные полуфабрикаты в соусе	100	38	311,44	8,17	9,53	11,52	0,03	1,6	0,01	2,45	30,86	96,23	13,61	1,28	
	203 Каша пшеничная вареная	200	16,05	230,22	3,47	8,18	32,05	0,11	0	0,04	0,95	21,12	126,87	38,16	2,09	
	177 Чай с лимоном	200 (15/7)		33,18	0,28	0,03	13,2	0	2,8	0	0,03	2,8	1,54	8,84	0,04	
	Каша гречневая	40	2,8	38	3,57	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Каша овсяная	20	1,4	47,6	1,52	0,18	6,72	0,02	0	0	0,02	2	13	2,8	0,22	
	Итого	910	24,64	792,75	22,01	28,51	92,25	0,26	58,81	0,48	8,07	122,66	326,7	82,72	4,81	
	Суп крестьянский с крутой с мясом	180	250/70	16	109,76	1,89	4,97	14,28	0,05	18	0,73	2,36	23,5	30,1	30,75	0,65