

Составлено:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ИМД директором)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.



Меню на 25.03.2024 года для обучающихся образовательных учреждений															
Возрастная категория: с 12 лет и старше															
Основной диетический состав															
№ 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
182	Каша овсяная молочная с маслом	300(250/10)	20,7	321,13	11,47	12,63	46,55	0,04	1,03	0,06	0,1	150,08	114,35	17,33	0,14
179	Корейский салат с курицей	200	10,44	146,3	1,12	3,51	24,67	0,04	1,4	0,02	0	1,35	90	14	0,1
	Хлеб пшеничный	40	2,8	95,2	1,09	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	4	24	3,0	0,44
188	Мюсли с ягодами	200	27	40	8,8	0,3	8,1	0,05	38	0,01	8,3	15	17	11	0,1
	Итого	550	61,58	632,61	18,43	15,76	98,24	0,18	41,03	0,08	0,34	113,88	247,35	47,33	0,76
32	Салат из свеклы	100	1	89,85	1,31	0,08	7,87	0,02	9,5	0	2,73	35,13	40,85	20,9	1,31
	Суп картофельный с макаронами														
101	Индюшатка	250	6,01	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,0	0,13	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08
200	Птица тушенная в сметане	100	24,02	113,4	14,42	19,94	2,95	0,01	0,06	0,01	0,67	16,99	4,99	1,02	0,05
300	Каша гречневая рассыпчатая	200	17,7	359,92	11,54	8,7	57,26	0,24	0	0,01	0,82	20,07	176,58	184,34	0,13
343	Каша из овсянки	200	6,55	109,96	0,56	0,16	27,87	0,01	1,4	0	0,16	4	1,2	0,8	0,4
	Хлеб диетический	40	2,8	88	0,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	20	1,4	47,5	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	11	2,9	0,22
	Итого	910	65,48	995,87	35,03	18,24	128,58	0,45	32,74	0,14	6,18	107,36	411,87	230,45	8,27
обд	Суп картофельный с макаронами и сметаной	250(30)	13,86	121,91	2,82	2,79	20,91	0,11	21,0	0,13	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08