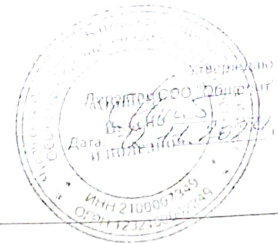


Согласовано: [Подпись]
 Директор
 Дата: 12.11.24 (ФИО директора)



Меню для обучающихся образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 12.11.2024 года
Осень-зимний сезон

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	173	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	260 (250/10)	34,68	347,78	9,45	16,52	40,25	0,22	1,61	0,07	1	178,07	290,89	86,73	2,09
	382	Какао с молоком	200	11,55	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98
	2	Бутерброд с повидлом	55	10,9	156,7	2,38	4,39	27,11	0,05	0,1	0,02	0,44	10,9	29,4	11,3	0,87
		Хлеб пшеничный	40	2,8	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
		Итого		555	59,93	742,68	18,66	24,43	112,61	0,35	3,01	0,11	1,49	322,09	462,49	134,63
Обед	67	Винегрет овощной	100	9,67	124,34	1,34	10,11	6,86	0,05	12,95	0,22	4,54	26,65	41,08	18,53	0,77
	82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255 (250/5)	9,33	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24
	279	Тефтели рубленые с соусом	110	32	139,1	7,47	8,37	8,05	0,03	0	0,02	2,86	18,26	78,6	13,66	1,14
	302	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	210(200/10)	17,7	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19
	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб Дарницкий	40	2,8	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб пшеничный	20	1,4	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
	Итого		915	77,9	1009,89	27,7	33,66	128,47	0,43	25,3	0,54	10,74	113,99	467,32	247,56	9,56

82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255 (250/30/5)	15,66	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24
----	-------------------------------------	----------------	-------	--------	------	------	-------	------	-------	------	-----	-------	-------	-------	------

Повар Елена Ефимовна М.
 Медсестра _____