

Оглавление
 Директор: _____ (ИМО дирекции)
 Дата: _____ г.



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 13.11.2024 г
Осенне- зимний сезон.

№ по СП	Наименование блюда	Выход (г/шт)	Цена, руб.	Повышенная жирность				Витамины и минеральные вещества									
				Натр	Белок	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак	14 Масло сливочное 82%	10	10,38	74,8	0,05	8,23	0,03	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02		
	223 Запеканка творожная с молоком сладкая	15(8) 30/200	33	367,83	22,26	16,79	11,75	0,08	0,51	0,09	0,57	268,51	327,04	35,19	0,82		
	277 Чай с лимоном	300(1) 7/1	3	69,56	0,25	0,59	18,7	0	2,8	0	0,01	2,8	1,64	0,64	0,06		
	Хлеб пшеничный	40	2,8	95,2	3,04	0,32	39,64	0,06	0	0	0,06	8	26	5,6	0,44		
	138 Яблоко (с кожурой)	100	9,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1		
	Итого	500	58,68	643,99	25,91	25,78	76,23	0,15	7,31	0,14	1,13	289,71	365,58	43,63	2,32		
Обед	Салат из вареной капусты с раст. маслом	60	4,71	50,03	0,36	3	4,61	0,01	15,18	0	1,38	25,19	18,95	8,62	0,34		
	103 Суп картофельный с макаронами и помидорами	200	6,75	97,54	2,25	2,21	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86		
	277 Чай с лимоном	100	31,52	85,22	0,82	3,01	3,33	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	100,19	5,1	0,1		
	112 Пюре картофельное с соусом	200	16,45	298,11	5,89	10,94	26,44	0,19	6,92	0,23	0,29	50,88	110,31	17	1,32		
	348 (яблоко и) сушен	200	9,43	128,18	1,08	0	11,33	0,02	0,83	0,12	1,14	31,08	30,19	21,71	0,64		
	Хлеб диетический	40	2,8	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб пшеничный	30	1,4	47,4	1,52	0,16	6,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22		
	Итого	620	73,06	737,7	24,63	19,72	62,06	0,39	41,24	0,63	4,39	169,95	328,84	95,87	3,3		
	103 Суп картофельный с макаронами и помидорами с маслом	200(10)	11,00	97,54	2,25	2,21	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86		

Пока _____

Медицина _____