

Составлено
 Директор: _____
 Дата: _____



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 15.11.2024 года
Основа - завтрак

№ п/п	Наименование блюда	Выход (шт)	Цена, руб.	Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества						
				Белки	Жиры	Углеводы	С	А	В	Са	Р	Мг	г		
302	Вареное картофельное пюре с маслом	155(250%)	23,35	266,40	8,67	6,11	43,64	0,27	0	0,02	0,01	14,8	205,9	117,2	6,61
303	Сыр вареники	25	30,12	90	5,70	5,97	0	0,01	0,17	0,08	0,13	220	120	8,70	0,25
307	Каша с яблоками	200	11,55	140	1,78	3,0	23,80	0,04	1,3	0,23	0,01	120,10	110,2	10	0,98
308	Каша овсяная	40	3,8	65,1	1,04	0,12	13,44	0,04	0	0	0,04	0	20	0,4	0,84
309	Макароны по-флотски	100	20,0	40	0,8	0,3	8,1	0,06	0	0,01	0,2	30	1,7	11	0,3
	Итого	520	70,82	634,60	22,05	16,1	95,88	0,36	19,47	0,11	0,96	401,02	400,1	140,84	4,78
Обед															
42	Салат из моркови с зеленью	80	8	48,00	0,74	0,05	6,89	0,04	2,00	0,04	0	15,80	51,90	21,60	0,4
36	Сметаной	395(200%)	9,10	300,28	1,81	1,03	13,57	0,58	0,04	0,27	1,64	17,06	60,31	21,08	0,78
100	Пюре гречневое в сметане	1000	25,11	111,6	14,42	19,94	120	0,03	0,08	0,01	0,40	16,00	0,98	3,01	0,25
112	Пюре картофельное	200	16,40	238,11	5,68	10,94	20,34	0,39	0,60	0,23	0,29	50,58	110,31	17	1,32
142	Компот из яблок	200	6,50	388,98	0,36	0,16	27,87	0,01	1,4	0	0,33	4	3,2	0,4	0,4
	Каша Дрожжевая	40	2,8	98	3,12	0,16	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Каша пшеничная	20	3,4	47,6	1,52	0,14	9,72	0,02	0	0	0,02	4	11	2,8	0,22
	Итого	805	65,47	784,57	27,63	18,69	67,34	0,35	18,64	0,52	3,88	108,51	228,48	84,50	3,17
	Работники Псковской со сметаной, с маслом	20(200%)	33,45	109,28	1,81	5,03	13,67	0,08	0,34	0,11	1,96	17,88	60,12	21,08	0,78

Подпись _____
 Инициалы _____