

Составлен:
 Директор _____ (И.О. Директора)
 Дата: _____ г.



**Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 18.11.2024 г.**

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Белок	Жиры	Углеводы	Э	С	А	В	Ca	P	Mg	Fe	
	Пирог/род с сыром	50 (30/15/5)	17	182,8	5,76	7,95	14,62	0,04	0,1	0,04	0,16	139,2	96	9,45	0,49
Завтрак	174 Ваши макароны рисовые с маслом	155(150/5)	17,63	191,33	4,41	6,31	28,85	0,04	0,07	0,04	0,18	92,91	117,35	26,73	0,41
	182 Яйцо с молоком	200	15,55	143	3,79	3,7	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,17	116,2	31	0,98
	Хлеб пшеничный	20	2,4	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
	118 Яблоки со сливками	100	9,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	7	1
	Итого	625	67,08	581,71	15,88	18,02	88,8	0,12	6,37	0,11	0,77	371,23	350,53	71,98	3,1
	62 Салат из моркови с сахаром	60	4	49,02	0,74	0,05	6,80	0,04	2,02	0,04	0	15,46	31,66	21,63	0,4
Обед	102 Суп картофельный с горохом	200	7,35	118,63	4,11	4,27	15,6	0,18	20,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64
	Котлеты рубленные из птицы с соусом	100	32	164	8,25	9,85	10,36	0,13	0,84	0,13	1,79	37,94	48,6	13,4	0,98
	326 Макароны твердые	200	11,06	262,49	7,17	6,29	43,19	0,07	0	0,01	1,11	5,42	31,46	9,21	1,08
	148 Волот из смеси фруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,71	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб Дарницкий	40	2,8	98	1,12	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	820	63,61	865,79	25,68	20,93	117,97	0,44	13,84	0,42	4,88	90,6	215,22	76,18	4,32
Обед	102 Суп картофельный с горохом и с мясом	300/30	13,08	118,63	4,11	4,27	15,6	0,18	20,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64