

Составлено  
 Директор \_\_\_\_\_ (И.И.О. директор)  
 Дата: \_\_\_\_\_



**Меню на 19.11.2024 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений  
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет.**

**Осень- зимний сезон.**

№ по СР	Наименование блюда	Выход (г/п)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белок	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	100/275 Закусочная тарелочка со сметаной соус.	155(130/25)	33	304,22	21,43	16,33	17,33	0,06	0,25	0,1	0,48	216,3	296	29,12	0,83
	376 Чай с сахаром	200(15)	7	36,85	0,1	0,01	14,98	0	0	0	0	0	0	0	0
	2 бутерброд с колбасой и маслом	55	10,9	155,2	3,38	4,19	27,23	0,05	0,1	0,02	0,44	10,9	29,4	11,1	0,87
	Клуб печеночный	50	3,5	128	3,8	0,4	34,3	0,05	0	0	0,05	30	52,3	7	0,55
	209 Ябло парное	40	11	53,8	5,08	0,6	0,38	0,03	0	0,1	0,24	22	76,8	4,8	1
	<b>Итого:</b>	<b>340</b>	<b>60,4</b>	<b>559,37</b>	<b>34,77</b>	<b>25,74</b>	<b>85,99</b>	<b>0,19</b>	<b>0,35</b>	<b>0,24</b>	<b>2,49</b>	<b>239,2</b>	<b>436,2</b>	<b>54,24</b>	<b>3,25</b>
Обед	67 Суп-пюре овощной	60	5,8	74,6	0,8	0,08	4,11	0,01	7,77	0,13	2,72	15,18	34,68	11,32	0,46
	62 Борщ с капустой, картофелем со сметаной	205(200/5)	11,04	90,04	1,37	4,87	10,71	0,04	8,88	0,22	1,96	35,82	63,39	22,02	0,94
	201 Пюре из овощей	200	42,06	326,34	16,94	10,46	35,74	0,1	6,03	0,1	4,4	48,34	175,34	54,04	1,98
Обед	348 Каша из овсян	250	9,43	234,38	1,05	0	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,88
	Клуб Дранички	40	2,8	38	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Клуб печеночный	20	1,8	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	33	2,8	0,22
	<b>Итого:</b>	<b>325</b>	<b>72,53</b>	<b>739,76</b>	<b>25,03</b>	<b>21,91</b>	<b>91,61</b>	<b>0,21</b>	<b>24,51</b>	<b>0,57</b>	<b>35,24</b>	<b>134,71</b>	<b>286,47</b>	<b>111,68</b>	<b>4,26</b>
Обед	62 Борщ с капустой, картофелем со сметаной и с мясом	1200/5(30)	17,37	90,04	1,57	4,87	10,71	0,04	8,88	0,22	1,96	35,82	63,39	22,02	0,94