

Соттасовик:
 Директор _____ (ИИО директора)
 Дата: _____ г.



**Меню на 20.11.2024 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет.**

№ по ОП	Наименование блюда	Выход (шт)	Цена	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
14	Масло сл. топленое	10	10,38	14,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02		
173	Мясо куриное филе с маслом	155(150/5)	14	218,12	5,55	7,15	31,86	0,14	0,97	0,04	0,16	100,18	153,66	40,8	2,07		
Завтрак	Чай с фруктовым вкусом	200	6,06	13	0,54	0,1	8,58	0	1,38	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб пшеничный	40	2,8	35,3	0,94	0,32	19,44	0,04	0	0,04	0	16	3,6	0,64			
338	Мясо св. порционные	100	9,5	47	0,4	0,3	9,5	0,02	5	0	0,4	19	16	1,2	2,3		
	Итого	525	44,74	483,22	16,38	16,12	69,86	0,2	2,35	0,08	0,7	129,58	188,66	58,4	3,83		
Обед	Салат из овощей (огурцы)	60	15,5	39,90	0,45	3,61	1,41	0,02	2,81	0,02	1,04	11,91	23,75	7,91	0,34		
	Суп картофельный с мясом и картофелем	200	6,41	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,21	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86		
	714	Колбасы рыбные с соусом	100	18,44	118,76	7,21	4	10,92	0,08	0,67	0,03	2,54	45,20	102,07	8,82	0,4	
	312	Пюре картофельное	200	15,61	238,11	5,88	10,94	26,34	0,22	7,94	0,24	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52	
	349	Помидоры свежие с соусом	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0	
		Хлеб диетический	40	2,8	35,3	0,94	0,32	19,44	0,04	0	0,04	0	16	3,6	0,64		
		Хлеб пшеничный	20	1,4	47,6	0,47	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	8	1,8	0,22		
		Итого	820	65,16	764,64	21	22,3	97,38	0,4	28,67	0,37	5,71	142,55	328,28	84,72	3,34	
		Суп картофельный с мясом и картофелем	200/30	12,74	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,21	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86	