

Согласовано:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ИМН дирекции)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.



Меню на 21.11.2024 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений															
Возрастная категория: с 7 – 11 лет.															
Осенне-зимний сезон.															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества						
				Ккал	Белок	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
1	Пудинг/брод с маслом сливочным	40 (30/10)	12,48	146,2	2,33	8,49	14,66	0,03	0	0,04	0,13	4,4	22,5	4,2	0,35
204	Макароны отварные с сыром	155(150/5)	23,07	233,83	9,7	9,23	27,69	0,05	0,14	0,07	0,83	65,05	10,05	12,14	0,27
<b>Завтрак</b>	207 Макароны отварные с сыром	200	11,55	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,2	0,07	0,01	125,12	116,2	31	0,98
	Хлеб пшеничный	40	2,8	85,2	3,04	0,37	15,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
209	Молоко вареное	40	11	62,84	5,08	4,6	0,28	0,03	0	0,1	0,24	22	76,8	4,8	1
238	Молоко ск. пастеризованное	100	9,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
	<b>Итого</b>	<b>575</b>	<b>70,4</b>	<b>726,07</b>	<b>24,34</b>	<b>26,23</b>	<b>97,68</b>	<b>0,22</b>	<b>5,44</b>	<b>0,24</b>	<b>1,65</b>	<b>238,57</b>	<b>259,55</b>	<b>59,74</b>	<b>4,64</b>
43	Салат из белокочанной капусты	60	4	51,04	0,89	3,05	5,39	0,02	21,8	0,17	1,39	24,34	17,98	1,85	0,33
98	Суп крестьянский с грибами	200	8,11	87,8	1,51	3,98	11,42	0,04	14,4	0,18	1,88	18,8	40,08	16,4	0,52
<b>Обед</b>	Французский салат														
280	Пюре картофельное в соусе	300	34	161,44	8,27	9,52	11,52	0,05	1,8	0,01	2,41	30,86	96,23	11,07	1,28
303	Каша пшеничная вязкая	200	16,65	213,71	5,85	8,08	33,53	0,11	0	0,07	0,1	21,13	129,45	29,3	2,16
377	Чай с лимоном	200(15/7)	3	59,16	0,16	0,03	16,2	0	2,2	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
	Хлеб Дарницкий	40	2,8	98	3,12	0,38	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	25	1,4	47,6	1,52	0,19	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
	<b>Итого</b>	<b>825</b>	<b>49,96</b>	<b>719,35</b>	<b>21,22</b>	<b>23,18</b>	<b>86,76</b>	<b>0,19</b>	<b>46,4</b>	<b>0,34</b>	<b>5,81</b>	<b>101,92</b>	<b>298,28</b>	<b>75,01</b>	<b>4,53</b>
38	Суп крестьянский с грибами и сметаной	200(30)	14,44	87,8	1,51	3,98	11,42	0,04	14,4	0,18	1,88	18,8	40,08	16,4	0,52