

Согласовано:
Директор: _____
(И.О. директора)
Дата: _____ г.



Меню для обучающихся образовательных учреждений Возрастная категория: с 12 лет и старше на 26.11.2024 года Осенне-зимний сезон															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Кал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	260 (250/10)	24,3	347,78	5,45	16,52	40,25	0,22	1,63	0,07	1	178,07	290,89	86,73	2,09
	Вареное с мясом	200	11,55	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,03	0,03	136,12	555,2	21	0,36
	Пюре картофельное с подливкой	55	10,5	156,7	2,38	4,39	27,11	0,05	0,1	0,02	0,44	10,9	29,4	11,9	0,67
	Хлеб пшеничный	40	2,8	95,2	3,04	0,12	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	Итого	555	49,35	742,68	18,66	24,43	112,61	0,35	3,03	0,11	1,49	322,09	462,49	154,63	4,39
Обед	Венгетт овощной	100	8,67	134,34	1,34	10,11	6,86	0,05	12,95	0,22	4,34	26,66	41,08	18,53	0,77
	Борщ с капустой картофелем со смет.	255 (250/5)	13,54	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,14
	Тиффани рубленые с соусом	110	32	139,1	7,47	8,17	8,05	0,05	0	0,02	2,86	16,36	78,6	13,66	1,14
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	210 (200/10)	19,35	332,91	11,64	6,7	57,29	0,28	0	0,03	0,62	20,07	276,58	184,24	6,19
	Компот из смеси сухофруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб Дарницкий	40	2,8	96	3,12	0,46	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	20	1,4	47,6	1,56	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
	Итого	915	83,76	1009,81	22,7	35,66	126,47	0,43	25,3	0,54	10,74	113,99	462,32	247,58	9,56
	Борщ с капустой картофелем со смет.	255 (250/5)	13,54	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,14

Повар: _____

Мидистра: _____