

Согласовано:
 Директор _____ ИМО директор
 Дата: _____



**Меню для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 12 лет и старше на 27.11.2024 года
 Осенне-зимний сезон**

Усильте питание сбалансировано																	
№ по СР	Наименование Блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества									
				Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe			
Завтрак	34 Масло сливочное топленое	110	10,36	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,3	2,4	3	0	0,02		
	223 Запеканка творожная со вкусом яблок	230(300/200)	44	483,25	11,08	21,99	37,47	0,09	0,58	0,14	0,97	120,16	433,24	41,98	1,47		
	227 Чай с сахаром	200(15/7)	3	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,34	0,84	0,04		
	Хлеб пшеничный	40	3,8	95,3	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	36	5,5	0,84		
	238 Творог 1% жирности	100	9,5	45	0,4	0,4	5,8	0,01	4	0,01	0,6	10	8	2	1		
	Итого	570	69,68	767,85	35,33	32,99	81,99	0,14	7,38	0,19	1,22	143,76	477,78	52,42	2,97		
Обед	Суп из мясной лапши с раст. маслом	330	8,3	81,33	1,59	4,86	7,12	0,07	27,3	0,03	3,36	48,88	27,71	14,76	0,56		
	Суп картофельный с микрозелом из петрушки	250	8,44	121,95	2,42	3,79	29,91	0,11	21,6	0,13	1,46	27,45	68,25	28,3	1,08		
	117 Рыба треска филе с соусом	100	39,57	66,26	0,29	1,78	3,29	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	300,19	3,1	0,1		
	113 Пюре картофельное	290	16,45	253,42	4,18	13,31	39,33	0,11	7,96	0,29	0,33	57,94	126,86	42,95	1,52		
	248 Запеканка из курицы	200	9,43	124,18	1,99	0	31,33	0,03	6,43	0,17	1,34	11,08	30,14	21,71	0,64		
	Хлеб диалектный	40	2,8	98	1,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб пшеничный	20	1,4	42,6	1,55	0,19	9,72	0,02	0	0	0,02	4	33	2,9	0,22		
	Итого	620	85,14	792,1	24,2	22,59	102,6	0,44	58,73	0,77	5,73	206,64	366,2	113,22	4,17		
	Суп картофельный с микрозелом из петрушки с мясом	250/10	10,77	121,95	2,42	3,79	29,91	0,11	21,6	0,13	1,46	27,45	68,25	28,3	1,08		

Повар _____

Медсестра _____