

Согласовано:
 Директор _____ (ФИО директора)
 Дата: _____ г.



Меню для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 12 лет и старше на 31.01.2024 года

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Завтрак	14 Масло сливочное подл.	10	6,48	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	
	223 Запеченная творожная с повидлом	220(200/20)	40	493,29	31,68	23,99	37,47	0,09	0,58	0,14	0,67	320,56	439,24	43,98	1,47	0,04	
	377 Чай с лимоном	200(15/7)	3,2	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,94	0,04		
	Хлеб пшеничный	40	2,56	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44		
	338 Яблоки сулординими	100	7,8	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1		
	Итого	570	60,04	767,45	35,33	32,99	81,99	0,16	7,38	0,19	1,22	343,76	477,78	52,42	2,97		
Обед	47 Салат из квашеной капусты с раст. маслом	100	6,88	81,19	1,59	4,99	7,12	0,02	27,3	0,03	2,38	48,88	27,71	14,76	0,59		
	103 Суп картофельный с макарон. изделиями	250	7,5	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08		
	227 Рыба припущенная с соусом	100(50/50)	28,73	65,76	9,29	1,78	3,29	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	100,19	3,1	0,1		
	312 Пюре картофельное	230	12,64	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52		
	707 Компот из яблок	200	7,03	108,83	0,36	0	28,06	0,03	0	0	0,1	15,87	25,59	8,33	0,6		
	209 Яблоко вареное	40	1,2	62,8	5,08	4,6	0,28	0,03	0	0	0,24	22	76,8	4,8	1		
	Хлеб ржаной-пшеничный	50	3,2	94,5	3,65	0,65	17,75	0,09	0	0	0,7	18,5	89	27,5	1,35		
	Итого	920	77,98	788,45	27,57	27,32	107,64	0,55	57,89	0,75	5,61	225,98	514,4	129,34	6,24		
Ужин	103 Макароны	250	16,5	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08		

Медсестра _____