

Согласовано:

 Директор _____ (МНО директора)
 Дата: _____



Меню для обучающихся образовательных учреждений															
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 02.12.2024 г.															
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
Загрузка	3. Бутерброд с сыром	50 (30/15/1)	18,15	162,8	5,78	7,95	14,83	0,04	0,1	0,4	0,16	135,7	96	9,45	0,49
174	Каша манная с маслом	110 (300/10)	25,5	281,38	5,46	11,16	38,85	0,06	1,3	0,06	0,28	124,68	157,4	35,64	0,55
182	Каша с молоком	200	11,55	143	3,78	3,3	25,81	0,04	1,3	0	0,01	135,12	159,2	31	0,88
	Каша пшеничная	200	1,4	87,5	1,12	0,18	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	3,8	0,22
138	Вареники со шкотовым мясом	100	9,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,23	0,4	10	8	2	1
	Итого	520	64,2	679,68	17,84	22,82	58,39	0,19	6,7	0,67	0,87	481	390,4	88,89	3,24
Обед	62. Салат из моркови с сахаром	100	6,67	49,02	0,74	0,01	6,88	0,04	2,03	0,04	0	15,46	11,86	21,83	5,4
102	Суп картофельный с горохом	250	9,18	148,28	5,13	5,35	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	36,42	3,05
	Котлеты рубленные из говядины с соусом	100	12	164	8,45	9,85	10,34	0,11	0,64	0,13	1,29	37,94	48,8	12,4	0,96
106	Макаронный отвар	230	13,72	307,08	8,13	7,5	50,12	0,06	0	0,03	3,29	6,37	39,84	10,49	1,35
149	Компот из смеси сушеных фруктов	300	5	126,05	0,57	0	17,21	0	0	0	0	0	0	0	0
	Вареное яйцо	40	2,8	86	3,32	0,14	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Вареное яйцо	20	1,4	43,5	1,57	0,18	0,72	0,02	0	0	0,02	4	13	3,8	0,22
	Итого	920	66,77	940,94	27,85	25,25	128,83	0,5	16,98	0,47	5,55	88,48	241,18	84,94	6,9
	Суп картофельный с горохом с маслом	250 (95)	15,51	148,28	5,13	5,35	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	36,42	3,05

Повар: _____
 Медсестра: _____