

Составлено:
Директор _____
(ИМО директор)
Дата: _____



Меню для обучающихся образовательных учреждений															
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 10.12.2024 года															
Осень-зимний сезон															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (г/шт)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	173 Каша молочная из пшеницы дробленой с маслом	280 (250/10)	24,3	347,78	9,45	16,51	40,25	0,22	1,61	0,07	1	174,07	280,89	85,73	2,09
	202 Паштет из печени говяжьей	300	11,05	145	3,76	3,3	35,81	0,06	1,1	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98
	2 Булгур с помидором	55	10,9	156,9	2,38	4,39	27,11	0,05	0,1	0,02	0,44	30,9	29,6	11,3	0,87
	Хлеб пшеничный	40	2,8	95,1	3,04	0,32	18,48	0,04	0	0	0,04	8	20	1,0	0,45
	Итого	555	49,55	742,68	18,66	24,63	112,65	0,35	3,01	0,11	1,49	322,09	462,49	134,63	4,38
Обед	67 Ванилетт овсяный	100	9,67	124,34	1,34	10,11	8,86	0,05	12,95	0,12	4,54	26,65	41,08	18,53	0,77
	82 Борщ с капустой картошкой со смет.	255 (250/5)	13,54	114,89	2,04	5,96	14,17	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24
	216 Торт «Ягодный» с кремом	110	12	115,1	2,47	8,17	8,09	0,03	0	0,02	2,86	18,26	76,6	13,65	1,14
	302 Паштет говяжий с картофелем с маслом	210 (200/10)	19,35	355,91	11,04	8,7	57,26	0,28	0	0,05	0,81	30,07	276,58	184,24	6,19
	345 Мюсли из смеси сухофруктов	200	5	116,05	0,57	0	32,23	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб бородинский	40	2,8	95	3,12	0,36	18,48	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	30	1,4	47,6	1,52	0,16	13,72	0,02	0	0	0,02	4	13	1,0	0,22
Итого	815	81,70	1069,89	27,7	33,66	128,47	0,43	25,3	0,54	10,74	113,99	467,57	247,56	9,56	
Ужин	82 Борщ с капустой картошкой со смет.	255 (250/10/5)	13,54	114,89	2,04	5,96	14,17	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24

Повар _____
Модератор _____