

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



Меню для обучающихся образовательных учреждений															
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 24.12.2024 года															
Осенне-зимний сезон															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (г/п)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Жир	Белок	Углевод	В1	С	А	В	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак	173 Напиток	200 (250/10)	24,1	347,76	9,45	18,52	40,25	0,22	1,61	0,07	1	178,03	290,89	86,73	7,06
	182 Напиток с молоком	200	11,35	143	3,78	3,2	25,81	0,04	1,3	0,07	0,01	125,12	110,2	31	0,98
	7 Булгарика с луком	55	10,8	156,7	2,38	4,39	27,11	0,05	0,1	0,02	0,44	10,9	29,4	11,3	0,87
	Хлеб пшеничный	40	2,9	95,7	5,04	0,33	19,44	0,04	0	0	0,04	8	25	5,4	0,44
	Итого	555	49,15	742,86	18,66	26,43	112,61	0,35	3,01	0,11	1,49	322,09	462,49	134,63	8,38
Обед	67 Винегрет овощной	100	8,07	124,34	1,34	10,11	6,86	0,05	12,95	0,22	4,54	26,65	41,98	18,53	0,77
	82 Борщ с капустой картофелем со свекл.	255 (250/31)	13,54	114,83	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24
	279 Суп крем: рыбный с соусом	120	8,2	135,1	7,47	8,37	8,05	0,03	0	0,02	2,86	18,26	78,6	17,65	1,14
	102 Напиток травяной расквашенный с маслом	210 (200/30)	19,35	359,91	11,64	8,7	57,24	0,18	0	0,02	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19
	149 салат из смеси сухофруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб диетический	40	2,8	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	20	1,4	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
	Итого	715	45,76	1000,80	22,71	33,66	128,47	0,43	25,3	0,54	10,74	113,98	467,32	347,56	9,56
	82 Борщ с капустой картофелем со свекл.	255 (250/30/5)	19,87	114,88	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24

Повар: _____

Младший: _____