

Согласовано:
Директор школы _____

Дата: _____ г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общедит. Вкусно и Полезно" _____

Дата: 12.02.2024 г.



Меню на 12.02.2024 г
для обучающихся образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12лет и старше
(Понедельник)

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества																		
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe												
Завтрак																											
15	Сыр порционными	25	15,1	90	5,75	5,97	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25												
173	Каша молоч.пшениная с маслом	210(200/10)	16,92	320,3	8,53	12,28	43,61	0,19	1,3	0,06	0,25	134,54	207,4	54,94	1,46												
379	Кофейный напиток с молоком	200	10,88	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	0,130	0,02	0	120	90	14	0,1												
	Хлеб пшеничный	20	1,32	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0,02	0,02	4	13	2,8	0,22												
338	Мандарины св.порциями	100	19,2	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1												
	Итого	555	63,42	644,2	19,72	21,22	86,12	0,32	39,47	0,15	0,6	513,54	452,4	91,49	2,13												
Обед																											
43	Салат из белокочанной капусты	100	8,33	86,07	1,48	5,08	8,98	0,03	36,01	0,21	2,32	40,57	29,96	16,42	0,54												
102	Суп картофельный с горохом	250	5,25	148,29	5,13	5,33	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	36,42	2,05												
294	Котлеты рубленые из птицы с соусом	100(50/50)	34,75	164	8,45	9,85	10,36	0,13	0,84	0,13	1,79	37,94	48,8	13,4	1,69												
309	Макароны отварные	200	8,1	267,03	7,24	6,52	43,61	0,07	0	0,03	1,12	5,54	52,04	9,3	1,09												
	Чай с фруктовым соком	200	6	33	0,54	0,1	8,58	0	1,38	0	0	0	0	0	0												
	Хлеб Дарницкий	40	2,64	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0												
	Итого	890	65,07	796,39	25,96	27,24	91,03	0,46	51,96	0,64	7,68	118,77	218,68	75,54	5,37												
Ужин																											
102	Суп картофельный с горохом и с мясом курицы	250	14,25	148,29	5,13	5,33	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	36,42	2,05												
	Итого	250	14,25	148,29	5,13	5,33	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	36,42	2,05												

Медсестра _____