

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

Меню для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 12 лет и старше на 14.02.2024 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 топлен.	10	6,96	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02		
	219 Сырники из творога с молоком густеным	210	69,78	579	32,52	26,91	51,42	0,1	0,792	88,56	0,684	422,1	470,64	55,02	2,205		
	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	0,84	0,04		
	Хлеб пшеничный	40	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44		
	338 Яблоки св.порциями	100	8	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1		
	Итого	570	90,58	853,16	36,17	35,91	95,94	0,17	7,592	88,61	1,234	445,3	509,18	63,46	3,705		
Обед	47 Салат из квашенной капусты с раст.маслом	100	9,05	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 припущеная 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	13,02	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52		
	349 Компот из смеси сухофруктов	200	5,5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	94,5	3,65	0,65	17,75	0,09	0	0	0,7	18,5	89	27,5	1,35		
	Итого	920	67,1	742,87	22,7	22,72	111,51	0,49	57,89	0,65	5,27	188,11	412,01	116,21	4,64		
обед	103 Суп картофельный с макарон.изделиями м	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		

Повар _____
 Медсестра _____