

Согласовано:
 Директор
 Мещеряков (ФИО директора)
 Дата: 14.02.24



Меню для обучающихся образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 12 лет и старше на 13.02.2024 года

№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность		Углеводы, g		Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы, g	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	260 (250/10)	19,03	347,78	9,45	16,52	40,25	0,22	1,61	0,07	1	178,07	290,89	86,73	2,09
	Каша с молоком	200	11,18	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98
	2 Бургер/брод с пивидлом	55	7,92	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	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	Итого	555	40,77	742,66	18,66	24,43	112,61	0,35	3,01	0,11	1,49	322,09	462,49	134,63	4,38
Обед	Винегрет овощной	100	8,33	124,34	1,34	10,11	6,86	0,05	12,95	0,22	4,54	26,65	41,08	18,53	0,77
	Борщ с капустой картофелем со смет.	255 (250/5)	9,09	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24
	279 Тефтели рубленные с соусом	110(60/50)	34,75	139,1	7,47	8,37	8,05	0,03	0	0,02	2,86	18,26	78,6	13,66	1,14
	302 Каша гречневая рассычатая с маслом	210(200/10)	13,4	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19
	349 Компот из смеси сухофруктов	200	5,5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	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	915	73,71	962,29	26,18	33,5	118,75	0,41	25,3	0,54	10,72	109,99	454,32	244,76	9,34
82	Борщ с капустой картофелем со смет. И мисом	255 (250/5)	15,54	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24

Повар: Мещеряков
 Медсестра: