



Утверждено:  
 Директор ООО "Общепит"  
 Илья Ветчинин  
 Дата: 16.02.2024 г.

Согласовано:  
 Директор  
 Ветчинин Илья  
 Дата: 16.02.2024 г.  
 (ФИО директора)

Меню для обучающихся образовательных учреждений  
 Возрастная категория: с 12 лет и старше  
 на 16.02.2024 года.

№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Цены, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
<b>Завтрак</b>															
302	Каша гречневая рассычатая с маслом	200	13,86	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19
15	Сыр порционными	25	14,77	90	5,75	5,95	0	0,01	0,17	0,06	0,13	2,20	1,25	8,75	0,25
382	Какао с молоком	200	11,18	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	1,25,12	116,2	31	0,98
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
40	Хлеб пшеничный	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0,04	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	<b>Итого</b>	<b>565</b>	<b>61,65</b>	<b>728,11</b>	<b>25,02</b>	<b>18,47</b>	<b>110,61</b>	<b>0,43</b>	<b>39,47</b>	<b>0,12</b>	<b>1,2</b>	<b>408,19</b>	<b>560,78</b>	<b>240,59</b>	<b>7,96</b>
<b>Обед</b>															
62	Салат из моркови с сельдером	100	4,45	49,02	0,74	0,05	6,89	0,04	2,02	0,04	0	15,46	31,66	21,63	0,4
96	Рассольник Ленинградский со сметаной	255 (250/5)	8,75	134,1	2,23	6,06	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,65	26,25	0,97
290	Птица тушеная в смет.соусе	100(50/50)	31,31	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05
312	Пюре картофельное	230	11,95	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52
342	Компот из св.яблок	200	6	108,96	0,16	0,16	27,87	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4
40	Хлеб ржано-пшеничный	2,64	75,6	2,92	0,52	14,2	0,07	0	0,56	0	0,56	14,8	71,2	22	1,08
	<b>Итого</b>	<b>925</b>	<b>65,1</b>	<b>734,7</b>	<b>25,25</b>	<b>39,29</b>	<b>99,05</b>	<b>0,44</b>	<b>19,18</b>	<b>0,59</b>	<b>4,43</b>	<b>130,29</b>	<b>317,56</b>	<b>114,84</b>	<b>4,42</b>

обед	Рассольник Ленинградский со сметаной и 96/С маслом	255 (250/5)	15,2	134,1	2,23	6,06	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,65	26,25	0,97
------	--	-------------	------	-------	------	------	-------	-----	------	------	------	------	-------	-------	------

Подпись: *Илья Ветчинин*