

Согласовано:
 Директор _____ (И.И. Директор)
 Дата: _____ г.

Утверждено:
 Директор ООО "Образовательный центр "Вектор"

 Дата: 14.02.2024 г.

Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
 Возрастная категория: с 7 – 11 лет 14.02.2024 г

Загрузка	№ 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		
	14	Блюдо с мясным фаршем	100	6,96	74,8	0,05	0,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02		
	219	Суп овощной	140	47	385	21,58	1,754	34,28	0,084	0,66	73,8	0,57	201,4	113,76	36,68	0,76		
	217	Чай с мякнотом	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	19,48	0,04	0	0,04	0	8	26	5,8	0,44		
	238	Пюре из картофеля	100	8	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1		
		Итого	490	67,8	660,16	25,33	26,94	78,8	0,154	7,46	73,85	1,12	304,6	352,3	45,12	2,26		
		Салат из вареной капусты с																
	47	салат мясной	100	9,05	50,03	0,96	3	4,61	0,01	35,18	0	1,38	25,19	18,55	8,62	0,34		
		Суп картофельный с																
	103	картофельный с	200	6	93,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86		
	227	Чай прунчевый с соком	100(50/50)	28,71	65,76	9,29	1,78	3,29	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	100,19	3,1	0,1		
	212	Пюре картофельное	200	11,34	220,37	4,15	10,88	26,28	0,19	6,92	0,23	0,29	50,38	110,31	37	1,32		
	249	Каша из смеси злаковых	200	5,5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0		
		Хлеб пшеничный	40	2,64	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
		Итого	640	63,24	657,77	20,34	18,25	83,12	0,35	40,41	0,52	3,23	132,87	283,62	71,36	2,62		
		Суп картофельный с																
	103	картофельный с	200	15	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,26	1,38	21,96	54,6	22,64	0,86		
		Пюре																

МедиаСет