



Утверждаю:
 Директор ООО "Объединит"
 Санжаров Р.Ш.
 Дата: 21.10.2024 г.

Согласовано:
 Директор
 Машарбаев (Ф.И.О. директора)
 Дата: 21.10.2024 г.

Меню на 21.10.2024 года для обучающихся образовательных учреждений

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
14	Масло сл. топленая	10	6,96	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02
173	Каша молоч.пшеница с маслом	210(200/10)	18,8	320,3	8,53	12,28	43,61	0,19	1,3	0,06	0,25	134,54	207,4	54,94	1,46
	Чай с фруктовым соком	200	6	33	0,54	0,1	8,58	0	1,38	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	40	2,64	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0,04	0,04	8	26	5,6	0,44
338	Груша св.порциями	100	18	42	0,4	0,3	9,5	0,02	5	0	0,4	19	16	12	2,3
	Итого	560	52,4	565,3	12,56	21,25	81,21	0,25	7,68	0,1	0,79	163,94	252,4	72,54	4,22
71	Огурцы свежие кусками	50	12,5	12	0,7	0,1	4,72	0,01	5,7	0	1,64	21,09	24,51	12,54	0,8
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
234	Коллеты рыбные с соусом	100(50/50)	34,64	118,76	7,21	5	10,92	0,06	0,62	0,03	2,54	45,26	102,07	8,82	0,4
312	Пюре картофельное	200	13,04	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,98	0,26	0,33	57,94	126,86	45,55	1,52
376	Чай с сахаром	200	3,5	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0
3	Хлеб ржанно-пшеничный	50	3,3	94,5	3,65	0,65	17,75	0,09	0	0,7	18,5	89	27,5	1,35	
	Итого	880	74,48	657,48	19,26	21,08	99,52	0,48	35,9	0,61	6,69	170,24	410,69	122,71	5,15
103	Суп картофельный с макарон.изделиями	250	13,95	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08

Подпись: *С.С.С.*
С.С.С.