



**Меню для обучающихся образовательных учреждений
возрастной категории: с 12 лет и старше на 27.02.2024 года**

№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества			Mg	Fe				
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы B1	С	А			Е	Са	Р	
Завтрак															
173	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	260 (250/10)	20,26	347,78	9,45	16,52	40,25	0,22	1,61	0,07	1	178,07	290,89	86,73	2,09
382	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 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	42	742,68	18,66	24,43	112,61	0,35	3,01	0,11	1,49	322,09	462,49	134,63	4,38
Обед															
67	Винегрет овощной	100	8,73	124,34	1,34	10,11	6,86	0,05	12,95	0,22	4,54	26,65	41,08	18,53	0,77
82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255 (250/5)	9,1	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	Гарбузи. рубленные с соусом	110(60/50)	34,75	136,1	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)	15,36	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. Драницкий	40	2,64	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого	915	76,08	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 сметом	255 (250/5)	15,55	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: *С.А. Сорокина*
Медсестра: _____