



**Меню для обучающихся образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 28.02.2024 года**

№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества								
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак	14 Масло сливочное порц.	10	6,96	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02
	219 Сырники из творога с яблоком ступенным	210	69,78	579	32,52	26,31	51,42	0,1	0,792	88,56	0,684	422,1	470,64	55,02	2,205
	377 Чай с лимоном	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	19,44	0,04	0	0,04	0	8	26	5,6	0,44
	338 Яблоки свежими	100	2	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
	Итого	570	90,58	853,16	36,17	35,91	95,94	0,17	7,592	88,61	1,274	445,3	509,18	63,46	3,705
Обед	47 Салат из квашеной капусты с раст. маслом	100	9,05	81,19	1,59	4,99	7,12	0,02	27,3	0,03	2,38	48,88	27,71	14,76	0,59
	103 Суп картофельный с макарон. изделиями	250	7,5	121,95	2,82	2,79	70,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08
	227 Рыба протушенная с соусом	100(50/50)	28,73	65,76	9,29	1,78	3,29	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	100,19	3,1	0,1
	312 Порр. картофельное	230	13,02	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	176,86	42,55	1,52
	348 Компот из смеси сухофруктов	200	5,5	176,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	94,5	3,65	0,65	17,75	0,09	0	0	0,7	18,5	89	27,5	1,35
	Итого	920	67,1	742,87	22,7	22,72	111,51	0,49	57,88	0,65	5,27	188,11	412,01	116,21	4,64

обед	Суп картофельный с макарон. изделиями и маслом	250	13,95	171,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08
	Повар														
	Медсестра														

С. С. Савицкий

С. С. Савицкий

Медсестра