

Составлено:  
 Директор \_\_\_\_\_ (ФИО директора)  
 Дата: \_\_\_\_\_ г.

Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений  
 Возрастной материал: с 7 – 11 лет.

На 22.02.2024 года

№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Ккал	Пищевая ценность										Витамины и минеральные вещества						
					Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe						
Заправка	173 Наша молочная из осенних хлопьев с маслом	210(200/10)	16,21	280,9	7,63	13,34	32,51	0,18	1,3	0,06	0,8	143,89	214,95	70,05	1,69						
	382 Каша с яблоком	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 Булгуровый суп с оливковым	55	7,92	156,7	2,18	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	0,04	0	8	26	5,6	0,44						
	Итого	505	37,95	675,8	16,84	21,25	104,87	0,31	2,7	0,11	1,29	287,85	406,55	117,95	3,98						
Обед	67 Винегрет овощной	60	5,24	74,6	0,8	6,06	4,11	0,03	7,77	0,13	2,72	15,39	24,65	11,12	0,46						
82 Борщ с капустой марюфелем со смет.	204(200/5)	7,66	90,04	1,57	4,87	10,71	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	43,29	22,02	0,94							
279 Терпеза рубленые с соусом	110(60/50)	34,75	139,1	7,47	8,37	8,05	0,03	0	0,02	2,86	18,26	78,6	33,66	1,14							
302 Каша гречневая расквашенная с маслом	154(150/5)	11,52	266,46	8,67	6,31	42,64	0,21	0	0,02	0,51	14,9	205,0	137,2	4,61							
349 Компот из смеси фруктов	200	5,5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0							
Каша Дарницкая	40	2,64	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0							
Итого	770	67,31	794,25	22,2	25,97	97,22	0,31	17,65	0,39	8,15	84,47	352,44	184	7,15							
Завтрак	82 Борщ с капустой марюфелем со сметаной и	205(200/5)	14,11	90,04	1,57	4,87	10,71	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	43,29	22,02	0,94						
Мушкетера																					



Повар \_\_\_\_\_  
 Мушкетера \_\_\_\_\_