

Составлено:
Директор _____ (ИМО директора)
Дата: _____ г.



Меню на 04.03.2025 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 7 – 11 лет .

Весенне-летний сезон.

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества									
					Кал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак	181	Какао-молочная (с маслом)	200(200/%)	21,29	264,54	5,56	9,74	38,5	0,09	1,06	0,09	0,8	121,88	107,44	38,46	0,46		
	382	Какао с молоком	200	11,89	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,05	125,12	116,2	31	0,98		
	15	Сыр порционный	35	11,7	64	3,45	3,58	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25		
	138	Блинов со сливками	200	12	94,3	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1		
		Хлеб пшеничный	20	1,44	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	33	2,8	0,22		
		Итого	540	58,52	603,44	14,72	17,88	83,89	0,18	6,53	0,17	1,36	481	309,64	63,01	2,91		
	20	Салат из свеклы с огурцом	60	20,25	39,96	0,45	3,63	1,43	0,02	2,81	0,02	1,38	13,39	23,75	7,91	0,34		
	88	Ци из свеклы капуста с картоф. со сметаной	205(200/%)	10,38	79,76	1,5	4,94	6,49	0,05	18,04	0,21	1,32	33,19	40,01	17,79	0,63		
Обед	291	Паштет из гусиной	200	62,75	346	16,94	10,46	35,74	0,1	0,03	0,1	4,4	46,34	175,34	54,04	1,98		
	348	Каша из пшеницы	200	9,42	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	13,08	30,19	21,71	0,64		
		Хлеб Дарницкий	40	2,88	86	3,12	0,38	11	0	0	0	0	0	0	0	0		
		Хлеб пшеничный	20	1,44	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	33	2,8	0,22		
		Итого	725	87,12	735,5	26,43	18,53	84,66	0,21	27,71	0,45	6,87	130	283,29	104,35	3,83		
обед	88	Ци из свеклы капуста с картоф. со сметаной	205(200/%)	17,13	79,76	1,5	4,94	6,49	0,05	18,04	0,21	1,32	33,19	40,01	17,79	0,63		