

Составлено:
 Директор _____
 (Ф.И.О. директора)
 Дата _____ г.



Меню на 05.03.2025 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений																
Возрастная категория: с 7 – 11 лет.																
Весенне-летний сезон.																
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Нале	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак	219 Сырники из творога с яблоком	100/20	37,06	265,5	21,68	17,04	34,28	0,084	0,66	71,8	0,57	281,4	315,76	56,68	0,76	
	577 Чай с вареньем	300/15/0	3	33	0,16	0,09	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
	Хлеб пшеничный	40	2,89	104,8	3,84	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,8	0,44	
	Салат фруктовый	250	30	82	0,4	0,4	9,8	0,02	4	0,01	0,4	30	8	2	1	
	Молоко	540	72,94	515,1	25,18	18,69	78,72	8,154	7,48	75,85	1,82	382,3	349,3	45,12	2,84	
Обед	52 Салат из овощей отварной	60	3,34	53,91	0,81	0,02	4,73	0,01	0,7	0	3,64	21,08	24,51	12,56	0,8	
	335 Суп картофельный с макарон. изделиями	200	7,46	113,07	5,78	4,76	16,71	0,09	17,28	0,39	1,18	21,98	54,0	22,44	0,88	
	245 Соусы овощные	50	22,7	145,06	5,05	54,24	0,27	0,06	0	0,08	0,36	16,82	73,84	9,09	0,82	
	328 Макароны отварные	150	11,47	201	8,02	4,89	12,7	0,02	0	0,01	1,11	5,42	33,46	9,21	1,08	
	Нарезка из овощей отваренных	200	8,12	100	0,66	0,38	20,24	0,02	100	0,06	0	21,34	3,44	3,44	0,04	
	Хлеб диетический	40	2,89	96	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	20	1,44	47,6	1,52	0,18	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	3,8	0,22	
	Итого	730	57,11	772,87	32,96	28,22	84,84	0,27	122,96	9,39	4,31	90,63	220,65	59,72	4,42	
	303 Суп картофельный с макарон. изделиями с соусом	200/50	14,21	97,54	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,0	22,44	0,88	