

Директор ООО "Объединение коммунальных предприятий" _____
Подпись _____
Дата 13.01.2015 г.

Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений															
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 11.03.2025 г.															
Весенне-летний сезон.															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (г)	Цена, Руб.	Питательная ценность					Витаминный и минеральный состав						
				Белок	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Ф	Mg	Fe	
Завтрак	14 Масло сливочное топлен.	10	11,77	74,8	0,02	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02
	182 Каша гречневая молочная с маслом	200/5/200	23,37	285,23	8,18	11,73	36,83	0,03	3,7	0,08	0,1	121,18	10,07	33,88	0,12
	377 Чай с лимоном	100(15/7)	3	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,03	2,8	3,54	0,04	0,04
	Вареники с творогом	75	31,2	156,7	6,2	4,39	37,13	0,05	0,1	0,03	0,44	10,9	25,4	11,5	0,87
	Хлеб пшеничный	40	2,88	36,63	3,8	0,4	24,3	0,05	0	0	0,05	10	32,5	3	0,55
	Итого :	325	71,67	633	19,35	16,55	109,44	0,13	4,7	0,08	0,6	144,66	106,51	33	1,38
Обед	71 Помидоры (салат) порезанные	80	18	13,2	0,08	0,13	2,18	0,04	10,5	0,04	2,72	6,4	35,6	12	0,54
	102 Суп картофельный с пороском	200	8,52	142,38	7,27	6,77	15,04	0,18	10,98	0,23	1,96	27,78	76,1	29,14	1,64
	260 Тушеное мясо с картошкой	100(30/50)	63,58	221	14,55	18,75	2,89	0,03	0,92	0,03	*	21,81	154,15	22,03	0,86
	309 Макароны отварные	150	11,67	250	0,02	4,89	3,7	0,05	0	0,03	1,13	5,42	154,96	8,21	1,88
	342 Компот из яблок	200	7,6	108,18	0,18	0,16	17,81	0,03	1,6	0	0,16	*	3,2	0,6	0,4
	Хлеб зерновой	40	2,88	99	3,32	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	20	1,44	47,3	1,52	0,18	6,73	0,02	0	0	0,02	*	13	2,8	0,22
	Итого	770	113,69	842,14	33,3	29,25	61,1	0,33	24	0,31	5,57	71,41	307,71	75,98	6,94
	100 Суп картофельный с пороском с маслом	200/30	15,04	142,38	7,27	6,77	15,04	0,18	10,98	0,23	1,96	27,78	76,1	29,14	1,64

Wavelength: 754