

Утверждено:
Директор ООО "Сибирский"
Григорьев П.И.
Дата: 06.02.2015 г.

Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений															
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 17.03.2025 г.															
Весенне-летний сезон															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Кал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	15 Суп гороховый	15	12,06	54	3,45	3,58	0	0,01	0,17	0,06	0,15	220	125	8,75	0,25
	173 Хлебцы с маслом	205(200%)	21,25	280,9	7,03	13,34	32,51	0,18	1,3	0,06	0,8	143,81	234,95	70,05	1,69
	174 Хлебцы с маслом с вареньем	200	20,3	146,3	3,12	2,51	24,85	0,04	1,3	0,02	0	120	90	14	0,1
	175 Хлеб пшеничный	30	2,18	78,0	1,52	0,18	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
	176 Сыр сливочный	200	30	86,7	0,8	0,3	8,3	0,06	38	0,01	0,2	35	27	11	0,3
	Итого	525	75,77	646,5	16,52	19,89	75,02	0,31	40,77	0,15	1,15	522,83	479,95	108,6	2,36
Обед	25 Салат из сырых овощей	80	12,6	44,34	0,69	3,83	2,27	0,02	7,95	0,02	1,39	13,25	21,37	11,3	0,4
	102 Суп картофельный с горошком	200	8,57	142,38	7,27	6,77	15,64	0,18	10,98	0,23	1,98	27,78	70,3	29,14	1,64
	180 Вареники из говядины с горошком	60(30)	34	103,14	0,86	13,2	12,07	0,05	0,16	0,05	2,41	34,64	97,36	15,42	1,88
	181 Каша гречневая рассыпчатая с маслом	133(150%)	17,63	186,46	8,67	6,3	44,64	0,21	0	0,02	0,83	14,8	205,9	137,2	4,83
	349 Компот из смеси сухофруктов	200	5	136,05	0,57	0	37,21	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого	820	82,07	977,97	13,64	30,42	114,55	0,48	19,97	0,31	4,39	101,59	407,95	155,86	12,88
Обед	102 Суп картофельный с горошком и с морковью	200(30)	14,95	118,83	4,13	4,27	15,8	0,18	10,38	0,22	1,98	27,78	70,3	29,14	1,64