

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



Меню на 18.03.2025 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений																
Возрастная категория: с 7 – 11 лет.																
Весенне-летний сезон.																
Завтрак	№ по СР	Наименование блюда	Выход, г/п	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Кал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
	381	Яблоко печеное с маслом	300(200/70)	21,29	264,54	5,36	5,74	16,5	0,05	1,36	0,08	0,8	121,88	107,64	18,46	0,40
	382	Яблоко с маслом	200	11,89	143	3,79	3,2	15,81	0,04	1,5	0,02	0,25	125,12	118,2	21	6,98
	15	Сыр варшавский	15	12,96	54	3,45	1,58	0	0,01	0,17	0,06	0,15	120	125	8,75	0,35
	386	Блюдо со сладкими	300	12	94,3	0,4	0,4	9,4	0,05	4	0,01	0,4	20	8	2	1
		Хлеб пшеничный	20	1,44	47,6	1,52	0,39	9,72	0,02	0	0	0,02	4	33	1,8	0,22
		Итого	540	58,88	405,44	14,72	17,68	85,83	0,14	6,53	0,17	1,38	481	469,64	62,01	7,91
Обед	39	Салат из свежих овощей	60	20,25	39,96	0,45	3,61	1,41	0,02	2,81	0,02	1,15	13,35	11,75	7,93	0,14
	88	Салат из свежей капусты с картошкой	300(200/70)	10,38	75,76	1,3	4,94	6,49	0,05	16,04	0,21	1,93	33,19	40,81	17,79	0,63
	251	Рыба жареная	300	43,3	346	16,14	10,46	11,74	0,1	6,03	0,1	4,6	46,34	175,34	54,04	1,98
	143	Молоко из пакета	300	9,42	124,19	1,88	0	31,11	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66
		Хлеб пшеничный	40	2,88	99	1,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Итого	720	87,67	736,5	24,81	18,53	34,49	0,21	27,75	0,45	6,87	130	762,29	104,25	3,83
обед	88	Салат из свежей капусты с картошкой	300(200/70)	17,01	75,76	1,3	4,94	6,49	0,05	16,04	0,21	1,93	33,19	40,81	17,79	0,63