

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



Меню на 18.03.2025 года для обучающихся образовательных учреждений Возрастная категория: с 12 лет и старше Весоме-летний сезон.															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Белок	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
завтрак	181. Каша из хлопьев молочной с маслом	250(250/5)	26,82	26,64	5,96	9,74	38,5	0,08	1,06	0,06	9,8	121,86	107,40	56,40	0,46
	182. Каша с маслом	200	11,89	14,3	2,79	3,2	25,81	0,04	1,1	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,38
	183. Слив. порridge	11	12,06	54	3,45	3,56	0	0,01	0,17	0,09	0,13	225	125	6,75	0,25
	138. Молоко с корицей	100	12	35,1	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	90	8	2	1
	Хлеб пшеничный	20	1,44	47,0	1,52	0,18	9,77	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
	Итого	580	54	803,44	14,72	17,08	83,81	0,18	6,54	0,17	1,36	481	369,64	63,03	2,91
Обед	20. Салат из свежих овощей	100	13,75	66,6	0,45	3,61	1,43	0,02	2,81	0,01	1,39	13,55	23,75	7,81	0,34
	Ци из свежей капусты с картоф. со свеклой	200(200/5)	12,68	79,76	1,5	4,94	6,49	0,06	18,04	0,21	1,82	14,19	40,01	17,76	0,63
	251. Пюре из овощей	200	43,3	346	16,04	10,46	35,74	0,1	6,09	0,1	4,4	46,14	175,54	54,04	1,58
	148. Выпечка из муки	200	9,42	124,18	3,08	0	31,31	0,02	0,83	0,12	1,04	33,08	31,19	21,71	0,68
	Хлеб Дарницкий	40	2,88	94	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого	800	105,47	762,14	24,61	29,53	84,68	0,23	27,71	0,45	8,07	130	282,79	184,25	3,83
Обед	Ци из свежей капусты с картоф. со свеклой	200(200/5)	13,31	79,76	1,5	4,94	6,49	0,06	18,04	0,21	1,82	14,19	40,01	17,76	0,63
	Итого	800	105,47	762,14	24,61	29,53	84,68	0,23	27,71	0,45	8,07	130	282,79	184,25	3,83