

Составлено:
Директор _____ (ИПО директор)
Дата: _____ г.



Меню на 19.03.2025 года для обучающихся образовательных учреждений															
Возрастная категория: с 12 лет и старше															
Весенне-летний сезон															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Полная ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	К	
Завтрак	214 Сардельки из говядины с картофелем отварным	100/20	37,06	30,5	23,88	17,98	34,28	0,004	0,66	73,8	0,57	281,4	212,76	36,68	0,78
	277 Чай с лимоном	200/15/7	3	3,9	0,28	0,01	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
	Хлеб пшеничный	40	2,88	104,8	3,94	0,22	15,44	0,04	0	0	0,04	8	20	5,4	0,44
	Соус фруктовый	200	30	42	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
	Итого	540	72,84	313,3	25,28	18,49	70,72	0,034	7,46	73,81	1,62	302,2	244,3	45,12	2,24
Обед	52 Салат из свеклы отварной	100	5,57	83,85	0,83	3,65	4,72	0,01	5,7	0	1,44	21,04	24,53	12,54	0,8
	201 Суп картофельный с мясорубкой	250	16,87	523,07	5,78	4,74	15,73	0,28	17,28	0,26	3,18	21,06	54,0	22,44	1,96
	203 Пюре картофельное с сметаной	100	28,06	208,08	14,42	19,88	2,85	0,01	0,18	0,01	0,97	18,66	9,99	1,61	0,05
	209 Макароны отварные	200	11,67	281,1	7,17	6,24	43,19	0,07	0	0,03	1,11	1,42	11,46	9,21	1,06
	Пюре из картофеля запеченного	200	8,12	100	0,68	0,28	20,24	0,02	430	0,02	0	21,34	1,44	3,44	0,64
	Хлеб пшеничный	40	2,88	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	20	1,44	47,6	1,56	0,18	9,72	0,02	0	0	0,02	4	11	1,6	0,22
	Итого	640	74,61	947,2	33,3	35,43	88,05	0,33	173,04	0,33	4,91	66,4	157	52,24	3,65
101 Суп картофельный с мясорубкой	250/30	23,5	121,95	3,82	2,79	20,91	0,11	21,8	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08	