

Удостоверение
Выдано на имя: Иванов Иван Иванович
Срок действия: до 31.12.2025
Дата: 02.04.2025
Подпись: Иванов Иван Иванович
Место: г. Москва

Меню на 02.04.2025 года для обучающихся образовательных учреждений															
Возрастная категория: с 12 лет и старше															
Весенне-летний сезон.															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (г)	Цена, руб.	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества								
				Белок	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Со	Р	Мg	Fe	
Завтрак															
219	Сырники со творогом (после заморозки)	100/30	37,06	205,5	21,48	17,94	34,18	0,084	0,66	73,8	0,53	281,4	313,26	26,68	0,70
377	Чай с лимоном	200/15/7	2	79	0,19	0,01	15,3	0	2,3	0	0,01	2,8	1,34	0,84	0,04
	Хлеб пшеничный	40	2,88	104,8	3,04	0,32	33,44	0,04	0	0,04	8	20	5,0	0,48	0,04
	Пюре	50	9,6	181	2,65	2,75	35,85	0,07	4	0,07	0,4	110	8	2	1
	Итого	560	52,54	610,3	27,53	21,04	104,87	0,154	7,96	73,81	1,03	302,3	309,3	45,12	1,24
Обед															
52	Салат из овощей отварной	100	5,57	89,85	0,81	3,65	4,72	0,01	5,7	0	1,64	21,06	24,51	32,54	0,8
225	Суп картофельный с макаронами и овощами	250	16,87	323,07	3,78	4,74	35,73	0,08	17,28	0,26	1,18	21,96	54,5	22,84	0,89
290	Пюре тыквенное в сметане	100	28,06	338,04	34,43	19,90	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,81	0,07
303	Хлеб пшеничный в масле	30	18,17	213,75	5,65	6,08	33,53	0,11	0	0,05	8,3	21,12	125,45	29,3	2,16
	Наливка из плодов шиповника	300	4,12	189	0,68	0,28	20,74	0,02	1005	0,02	0	21,94	3,84	3,44	0,64
	Чай Дикий	40	2,38	88	1,12	0,36	8	0	0	0	0	0	0	0	0
	Чай зеленый	20	4,48	47,4	1,57	0,34	8,73	0,03	0	0	0,03	4	37	2,9	0,22
	Итого	860	81,11	884,15	47,96	36,26	88,37	0,26	123,94	0,32	5,91	106,1	234,99	72,33	4,73
Ужин															
104	Суп картофельный с макаронами и овощами	250/30	23,5	123,95	2,82	3,78	26,91	0,13	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,04