

Составлено:
Директор _____ (ИМО директор)
Дата: _____



Меню на 03.04.2025 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений														
Возрастная категория: с 7 – 11 лет														
Весенне-летний сезон														
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества						
				Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	260 Чай "Дружба"	200/5	20,92	181,33	4,41	6,13	28,85	0,04	0,92	0,04	0,18	92,81	117,31	26,75
	Печенье	50	10,8	0,8	0,1	8,3	0,06	0,01	0,2	0,3	0,7	11	0,1	0,77
	380 Чай с медом	200	11,89	143	3,78	5,2	25,81	0,04	1,3	0,07	0,01	125,12	116,2	31
	Хлеб пшеничный	40	2,88	104,8	3,04	0,13	15,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6
	Итого	490	46,49	430,93	11,54	17,94	74,16	0,12	2,26	0,34	0,23	243,03	270,53	63,43
Обед	20 Салат из свеклы с огурцом	40	15,58	30,38	1,78	3,11	0,04	0,08	6,8	0,41	1,64	11,39	25,97	12,48
	Борщ с капустой и картофелем со смет.	105(200/5)	12	113,9	4,7	7,4	10,71	0,04	9,88	0,22	1,96	15,62	41,29	22,02
	379 Рафтолет рубленый с соусом	60(30)	34	130,1	7,47	8,37	8,06	0,03	0	0,02	2,88	18,26	76,6	13,66
	379 Макароны отварные	200	15,56	213,71	5,65	6,08	13,51	0,11	0	0,03	0,1	21,11	129,45	29,3
	377 Чай с лимоном	200(15/75)	3	55,16	0,16	0,09	15,2	0	2,8	0	0,01	5,8	1,34	0,88
	Блюй Даровской	40	2,88	98	3,12	0,18	0	0	0	0	0	0	0	0,04
	Блюй пшеничный	20	1,44	49,6	1,56	0,18	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8
	Итого	815	84,46	723,68	24,4	25,51	77,23	0,16	15,28	0,66	4,39	95,49	503,25	85,1
	Борщ с капустой и картофелем со смет с маслом	205(200/1/20)	18,63	113,9	4,7	7,4	10,71	0,04	9,88	0,22	1,96	15,62	41,29	22,02
	Итого	1020	103,09	837,68	29,1	27,01	87,94	0,20	25,16	0,88	6,35	111,11	544,54	107,12
	Итого	1515	150,95	1154,66	35,94	42,95	164,17	0,36	40,44	1,22	6,64	156,62	815,07	170,55