

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



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений																
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 31.03.2025 г.																
Весенне-летний сезон																
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
				Белки	Жиры	Углеводы	НЭ	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
23	Пароваренная	15	12,06	54	3,45	3,58	0	0,03	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25	
Завтрак	177	Каша молочная на овсяном молочке с маслом	205(200/5)	31,25	280,9	7,63	13,34	32,51	0,38	1,3	0,06	0,8	143,83	234,95	70,05	1,69
	178	Муссовый напиток с мякотью	200	30,3	146,3	3,12	2,51	24,65	0,04	1,4	0,02	0	110	90	34	0,1
		Хлеб пшеничный	30	2,16	78,6	1,52	0,16	5,72	0,03	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
		Печенье	30	30,6	86,7	0,8	0,3	8,1	0,04	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1
		Итого	525	56,57	646,5	18,52	19,89	75,62	0,31	40,77	0,15	1,15	522,83	479,95	186,6	2,96
Обед	47	Салат из свежей капусты	80	7,71	90,03	0,96	3	4,61	0,03	15,38	0	1,38	25,19	18,55	8,62	0,34
	102	Суп картофельный с горохом	200	8,52	142,38	7,27	6,77	10,64	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64
	280	Фрикадельки из говядины с соусом	60(30)	34	201,14	9,88	13,2	12,07	0,05	0,36	0,06	2,41	39,66	97,36	15,42	5,98
	350	Каша гречневая рассычатая с маслом	155(150/5)	17,63	266,46	8,67	6,31	42,64	0,21	0	0,02	0,63	14,3	206,9	137,2	4,61
	348	Кнели из смеси говядины и свинины	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого		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	1,52	0,18	5,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
		Итого	820	76,68	993,66	31,97	29,8	114,89	0,47	26,32	0,29	6,36	111,53	406,11	193,16	12,8
Обед	102	Суп картофельный с горохом и с мясом	200/30	14,95	118,63	4,11	4,27	15,8	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64