

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



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 09.04.2025 г
Весенне-летний сезон.

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	Выход (г/п)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества									
					Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
Завтрак																		
	219	Сырники из творога с повидлом	100/20	42,7	287,46	21,68	17,94	34,28	0,084	0,65	73,8	0,57	291,4	313,20	36,68	5,16		
	282	Каша с яблоком	200	11,89	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,01	0,01	525,12	116,2	31	0,98		
		Пшеница	50	10,8	121,32	3,16	6,28	21,26	0,5	1,3	0,06	0,21	0	0	0	0,77		
		Хлеб пшеничный	30	2,36	71,4	2,28	5,24	14,58	0,04	0	0	0,06	8	20	5,6	0,44		
		Итого	560	67,55	725,1	31,53	27,57	596,43	0,264	3,26	73,88	0,83	414,52	435,96	73,38	2,55		
Обед																		
	71	Огузки свиные паровыми	60	15	7,2	0,42	0,36	1,16	0,02	2,94	0,02	2,72	10,2	18	8,4	0,2		
	81	Борщ с капустой, картофелем со сметаной	200(200/100)	22,68	301,04	1,57	4,87	10,71	0,04	6,86	0,22	3,98	11,02	43,29	22,82	0,38		
	288	Нарезка из дымаклина из птицы	200	37,12	348,64	19,52	20,68	18,94	0,14	7,72	0,14	2,54	14,88	235,24	68,64	8,42		
		Нарезка из картофеля запеченная	300	8,17	300	0,68	0,28	20,76	0,02	100	0,02	8	21,14	3,44	3,44	0,66		
		Хлеб бородинский	40	2,88	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
		Хлеб пшеничный	20	1,44	47,6	1,57	0,18	9,72	0,02	0	0	0,02	4	11	2,8	0,12		
		Итого	785	77,47	691,46	25,83	26,61	61,35	0,24	128,34	0,4	7,24	106,12	112,87	85,2	6,52		
Ужин																		
	82	Каша с перловкой, картофелем со сметаной с маслом	300(200/100)	19,29	96,04	1,57	4,87	10,71	0,04	3,88	0,22	1,86	25,42	43,29	22,02	0,84		
Полдн																		
Медальоны																		