

Исполнитель:
Директор ООО "Сибирский Колледж"
Дата: 11.04.2023 г.

Меню для обучающихся образовательных учреждений																
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 11.04.2025 года																
Всегоме-летний сезон																
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
				Белок	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
Запекан	19	100	12,06	3,4	3,28	0	0,03	0,17	0,04	0,13	2,83	121	8,75	0,25		
100	Бисквитный пирог из мастики	250/30	23,91	11,64	6,7	57,36	0,18	0	0,03	0,02	30,07	276,26	184,24	6,19		
	Чай с молоком	200	5,13	87,23												
	Хлеб пшеничный	40	2,88	104,8	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	36	3,6	0,44	
	Сливочный	300	30	86,7	0,8	0,3	0,1	0,06	84	0,03	0,02	35	11	11	0,1	
Итого		655	73,57	490,84	18,95	12,5	84,8	0,39	38,17	0,5	3,01	283,07	444,58	206,58	6,96	
Обед	47	Салат из отварной курицы	200	12,08	54,1	0,06	0	0,01	0,31	15,58	0	1,18	35,19	18,55	8,62	0,34
103	Суп картофельный с рисом	320	31,56	123,07	5,78	4,74	16,73	0,09	17,38	0,20	1,18	21,36	54,6	22,64	0,98	
280	Пюре картофельное с сметаной	300	27,63	208,08	14,42	10,96	2,96	0,31	0,06	0,01	0,97	16,65	8,99	1,81	0,05	
312	Пюре картофельное	300	20,26	166,1	4,15	10,88	2,96	0,19	0,95	0,23	0,29	52,16	135,11	97	1,12	
342	Пюре из свеклы	300	7,6	108,96	0,16	0,16	17,87	0,01	1,6	0	0,18	4	3,2	0,8	0,4	
	Хлеб пшеничный	40	2,88	98	3,13	0,38	0	0	0	0	0	3	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	200	1,64	47,4	1,52	0,18	9,73	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,12	
	Итого	900	83,45	866,55	32,11	18,29	88,14	0,51	41,04	0,5	4	122,22	299,85	73,47	3,19	
103	Суп картофельный с рисом с мясом	250/30	18,19	123,07	5,78	4,74	16,73	0,09	17,38	0,26	1,18	21,36	54,6	22,64	0,98	

Polymers