

Согласовано:
 Директор _____ (ФИО директора)
 Дата: _____ г.



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 14.04.2025 г Весенне-летний сезон															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
	15 Сир парижский	15	12,06	54	3,45	3,58	0	0,03	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25
Завтрак	173 Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	205(200/15)	21,25	280,9	7,63	13,34	32,51	0,18	1,3	0,06	0,8	143,85	234,95	70,05	1,69
	379 Кофейный напиток с молоком	200	10,3	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,3	0,02	0	120	90	14	0,1
	Хлеб пшеничный	30	2,14	78,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
	Печенье	50	10,8	86,7	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,03	0,2	35	17	12	0,1
	Итого	525	56,57	646,5	15,52	19,89	75,02	0,31	40,77	0,15	1,15	522,83	479,95	106,6	2,36
	87 Салат из квашеной капусты	60	7,73	50,03	0,96	3	4,63	0,01	15,18	0	1,38	25,19	18,55	8,62	0,34
Обед	102 Суп картофельный с горохом	200	9,54	142,38	7,27	6,77	15,64	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64
	280 Брикетчики из говядины с соусом	60/30	34	203,14	9,86	13,2	12,07	0,05	0,16	0,05	2,41	39,66	97,36	15,42	5,99
	302 Каша гречневая рассычатая с маслом	155(150/5)	17,63	266,46	8,67	6,31	42,64	0,21	0	0,02	0,61	14,9	206,9	137,2	4,61
	349 Напиток из смеси сухофруктов	200	5	226,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб Диетический	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	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
	Итого	820	77,2	933,66	31,97	29,8	116,89	0,47	26,32	0,29	6,38	111,53	405,11	193,18	12,8
Обед	102 Суп картофельный с горохом и с мясом	200/30	15,6	118,63	4,11	4,27	15,6	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64