

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



Утверждено:
 Директор ООУ "Общественный центр
 культуры Р.Ш.
 Дата: 14.04.2025 г.

Меню для обучающихся образовательных учреждений Возрастная категория: с 12 лет и старше на 14.04.2025 г. Весенне-летний сезон																	
	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
					Кал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак	15	Сыр порционный	15	12,06	54	3,45	3,58	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25	
	173	Наша молочка из овсяных хлопьев с маслом	255(250/5)	21,25	280,9	7,63	13,34	32,51	0,18	1,3	0,06	0,8	143,83	234,95	70,05	1,69	
	379	Кофейный напиток с молоком	300	10,3	146,3	8,12	2,51	24,69	0,04	1,3	0,02	0	120	90	14	0,1	
		Хлеб пшеничный	30	3,16	78,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22	
		Печенье	10	10,8	86,7	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,03	0,2	35	17	11	0,1	
		Итого	525	56,57	646,5	16,52	19,89	75,02	0,31	40,77	0,15	1,15	522,83	479,95	106,6	2,36	
Обед	47	Салат из квашеной капусты	100	12,02	54,1	0,96	3	4,61	0,01	35,18	0	1,38	25,19	18,55	8,62	0,34	
	102	Суп картофельный с горохом	250	11,92	142,38	7,27	5,77	15,64	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64	
	280	Фрикадельки из говядины с соусом	80/30	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	Наша гречневая рассыпчатая с маслом	205(200/5)	23,5	266,46	8,67	6,11	42,64	0,21	0	0,02	0,61	14,9	205,9	117,2	4,61	
	349	Компот из смеси сухофруктов	200	5	125,05	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	90,76	937,73	31,97	29,8	116,89	0,47	26,32	0,29	6,38	111,53	405,11	193,18	12,8	
		Суп картофельный с горохом с маслом	250/30	17,98	148,29	5,13	5,33	19,5	0,23	13,73	0,37	2,45	34,72	87,88	36,42	2,05	
	102																

Повар: _____
 Медсестра: _____