

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



Меню на 18.04.2025 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений															
Возрастная категория: с 7 – 11 лет															
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
Завтрак	172 Каша молочная с маслом	150(150/5)	15,92	218,12	6,33	7,15	31,86	0,14	0,97	0,04	0,16	100,18	153,66	40,8	1,07
	15 Сыр порционный	15	12,06	54	3,45	3,58	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,95	0,25
	177 Чай с лимоном	200(15/7)	3	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	3,8	1,54	0,84	0,04
	Хлеб пшеничный	30	2,18	71,4	2,28	0,24	14,58	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	118 Яблоко сы. порционная	100	12	94,3	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
	Итого	330	45,14	456,98	12,62	11,4	71,44	0,22	7,94	0,11	0,24	340,98	314,2	57,99	2,8
	30 Салат из свежих помидоров	60	20,2	53,91	0,81	3,65	4,72	0,01	5,7	0	1,64	21,09	24,55	12,54	0,8
Обед	96 Рассольник Ленинградский со сметаной	205(200/5)	11,37	138,3	5,23	7,55	13,57	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	60,32	21,08	0,78
	112 Пюре картофельное	150	18,07	178,58	4,41	8,2	19,75	0,14	5,19	0,17	0,29	37,78	82,73	27,75	0,96
	234 Котлеты рыбные с соусом	100(50/50)	24,63	82,22	9,82	3,03	3,33	0,06	1,03	0,04	0,38	35,44	100,19	3,1	0,1
	342 Компот из яблок	200	7,6	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб Дарницкий	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	775	86,19	724,66	25,48	22,95	83,1	0,31	17,96	0,44	4,27	116,19	280,75	67,27	2,89
Обед	96 Рассольник Ленинградский со сметаной с маслом	205(200/5/30)	17,43	138,3	5,23	7,55	13,57	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	60,32	21,08	0,78