

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



Меню на 18.04.2025 года для обучающихся образовательных учреждений																
Возрастная категория: с 12 лет и старше																
Весенне-летний сезон.																
	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
Завтрак	173	Каша молочная с маслом	205(200/5)	21,27	290,82	8,13	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	8,75	0,25
	377	Чай с лимоном	200(15/7)	3	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		Хлеб пшеничный	30	2,16	71,4	2,18	0,24	14,56	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	138	Нёбоки со сливками	100	12	94,3	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
		Итого	580	50,45	569,68	12,62	11,4	71,44	0,22	7,94	0,11	0,74	340,38	314,2	57,99	2,8
Обед	30	Салат из овощей помидоров	100	33,67	110	1	10,2	3,5	0,02	9,9	0,02	1,64	7,8	0	0	0,48
	96	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	13,92	109,28	1,81	0,03	13,57	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	60,32	21,08	0,78
	312	Пюре картофельное	200	24,09	238,11	5,88	10,94	26,34	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52
	134	Колбасы рыбные с соусом	100(50/50)	24,63	118,76	7,31	5	10,92	0,06	0,62	0,03	2,54	45,29	102,07	8,82	0,4
	342	Напиток из свежих фруктов	200	7,4	108,36	0,16	0,16	27,87	0,01	1,4	0	0,14	4	3,2	0,8	0,4
		Хлеб диетический	40	2,86	96	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	108,25	830,71	20,7	31,85	91,92	0,4	26,12	0,54	6,63	136,16	305,45	76,05	3,8
	96	Рассольник Ленинградский со сметаной	255(250/5/30)	19,98	113,9	4,7	7,4	10,71	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	61,29	22,02	0,94