

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



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 28.04.2025 г Весенне-летний сезон																
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
	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	
Завтрак	173 Каша молочная из овсяной хлопья с маслом	205(300/5)	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	200	10,3	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,3	0,02	0	320	90	14	0,1	
	Хлеб пшеничный	30	2,16	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	0,01	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	
	47 Салат из квашеной капусты	60	7,21	50,03	0,96	3	4,61	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	
	Французский 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 рассыпчатая с маслом	155(150/5)	17,63	266,46	8,67	6,31	42,64	0,21	0	0,02	0,61	14,9	205,9	137,2	4,61	
	369 Компот из смеси сухофруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	40	2,88	98	3,12	0,16	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	77,7	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)	15,87	118,63	4,11	4,27	15,6	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64	