

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



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений																
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 12.05.2025 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	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	Безл. молочный из овсяных хлопьев с маслом	205(200/5)	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	
	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	2,22	78,6	1,52	0,16	9,72	0,03	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	56,63	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	Салат из нашинкованной капусты	60	7,21	50,03	0,96	3	4,61	0,01	15,18	0	1,38	25,19	18,55	8,62	0,14	
	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	
	Фрикадельки из пшеницы 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	
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	155(150/5)	17,08	266,46	8,67	6,31	42,64	0,21	0	0,02	0,61	14,9	205,9	137,2	4,61	
	Компот из смеси сухофруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого	Хлеб Дарницкий	40	2,96	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	20	1,48	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22	
	Итого	820	77,27	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 маслом	200/30	17,34	118,63	4,11	4,27	15,6	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64