

Согласовано:

 Директор: _____ (ИО директора)
 Дата: _____ г.



Меню на 14.05.2025 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 7 – 11 лет.
Весенне-летний сезон.

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества									
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак	219 Сырники из творога с молоком	100/20	42,09	265,3	21,88	17,94	34,38	0,084	0,66	73,8	0,57	281,4	313,76	36,88	0,76		
	377 Чай с лимоном	200(15/7)	3	59	0,16	0,03	15,3	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04		
	Хлеб пшеничный	40	2,96	104,8	3,04	0,52	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44		
	Паннакот	50	9,6	189	2,65	2,75	35,95	0,03	4	0,03	0,4	10	8	2	1		
	Итого	560	58,25	610,1	27,53	21,04	104,87	0,154	7,46	73,83	1,02	302,2	349,3	45,12	2,24		
Обед	52 Салат из свеклы отварной	60	4,06	53,91	0,83	3,85	4,72	0,01	5,7	0	1,64	21,09	24,51	12,54	0,8		
	103 Суп картофельный с макаронами длинными	200	12,95	123,07	5,78	4,74	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86		
	290 Птица тушеная в смет. соусе	100	27,53	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,03	0,97	16,69	9,99	1,61	0,06		
	303 Язык говяжий в соусе	150	13,64	213,75	5,65	6,08	33,51	0,11	0	0,03	0,1	21,12	129,45	29,3	2,16		
	Напиток из плодов шиповника	200	8,12	100	0,68	0,28	20,74	0,02	100	0,02	0	21,34	3,44	3,44	0,64		
	Хлеб бородинский	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	21	2,8	0,22		
	Итого	720	70,74	749,89	31,98	35,26	88,17	0,26	123,04	0,32	3,91	106,2	234,99	72,33	4,73		
	103 Суп картофельный с макаронами длинными с соусом	200/10	19,28	97,56	1,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86		