

Согласовано:

 Директор (ФИО, должность)
 Дата: _____ г.



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 22.05.2025 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	
Завтрак	14	Масло сливочное топлен.	10	11,22	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02	
	182	Наша молочная каша с маслом	200(5/200)	23,37	295,71	9,19	11,72	36,83	0,83	1,3	0,05	0,1	121,18	82,07	13,86	0,12	
	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	40	2,96	26,63	3,8	0,4	24,3	0,05	0	0	0,05	10	32,3	7	0,55	
	338	Яблоки с парцином	100	13,5	45	0,4	0,4	4,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1	
		Итого :	525	54,05	501,3	13,59	12,56	86,13	0,11	8,1	0,07	0,56	143,98	134,11	23,7	1,71	
Обед		Отвары суповые парцином	60	5,6	8	0,48	0,04	0,96	0,04	10,5	0,04	2,72	8,4	15,6	12	0,54	
	102	Суп картофельный с горохом	300	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	
	260	Гуляш из говядины	100(50/50)	63,65	221	14,55	16,79	2,89	0,01	0,92	0,03	0	21,81	154,15	22,03	3,06	
	309	Макароны отварные	150	11,66	201	6,02	4,89	32,7	0,05	0	0,01	1,11	5,42	51,48	9,21	1,08	
	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	40	2,96	26,63	3,8	0,4	24,3	0,05	0	0	0,05	10	32,3	7	0,55	
		Хлеб пшеничный	20	1,48	13,31	1,9	0,2	12,15	0,02	0	0	0,02	5	16,15	3,5	0,27	
		Итого	770	97,89	777,14	33,32	29,04	77,13	0,32	25,2	0,32	5,82	70,21	306,05	76,02	6,58	
		Суп картофельный с горохом с маслом	300/30	17,34	142,38	7,27	6,77	15,64	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64	

Повар _____
 Медсестра _____