

Согласовано:

 Директор (ИМО директора)
 Дата: _____ г.



Утверждено:

 Директор ИМО "Бахаревский"
 Санжаров Р.Ш.
 Дата: 23.09.2025 г.

Меню для обучающихся образовательных учреждений																
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 25.09.2025г.																
Осенне-зимний 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
завтрак	1	Бутерброд с маслом сливочным	40	14,4	146,2	2,33	8,49	14,66	0,03	0	0,04	0,13	8,4	22,5	4,2	0,35
	175	Каша из риса и пшена с маслом	260(250/10)	27,17	320,97	7,4	14,12	40,97	0,12	1,61	0,07	0,26	157,69	193,99	45,07	0,95
	362	Какао с молоком	200	11,2	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98
		Хлеб пшеничный	40	3,04	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,06	8	26	5,6	0,44
	338	Яблоки со сливками	100	11,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
		Итого	640	71,31	750,17	16,96	26,53	110,68	0,26	6,91	0,14	0,84	309,21	366,69	87,87	3,72
обед	43	Салат из белокочанной капусты	100	5	86,07	1,48	5,08	8,98	0,03	36,01	0,21	2,32	40,57	29,96	16,47	0,54
	98	Суп крестьянский с крупой	250	10,3	109,76	1,89	4,97	14,28	0,05	18	0,23	2,36	23,5	50,1	20,75	0,65
Обед		Фрикадельки из говядины, тушенные в соусе	100(50/50)	38,83	161,44	8,37	9,52	11,52	0,05	1,6	0,01	2,41	30,86	96,23	13,62	3,28
	303	Каша пшеничная вязкая	200	19,5	230,22	5,47	8,39	32,65	0,11	0	0,04	0,95	21,12	125,87	28,29	2,09
	377	Чай с лимоном	200(15/7)	4	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		Хлеб Дарницкий	40	3,04	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб пшеничный	20	1,52	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
обед		Итого	910	82,19	792,25	22,01	28,51	92,35	0,26	58,41	0,49	8,07	122,85	316,7	82,72	4,82
	98	Суп крестьянский с крупой с мясом	250/30	23,84	109,76	1,89	4,97	14,28	0,05	18	0,23	2,36	23,5	50,1	20,75	0,65