

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



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений																
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 10.10.2025 года.																
Осень: зимний 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	162	каша полбяная молочная с маслом	210(10/100)	27	295,71	9,19	11,73	36,83	0,03	1,3	0,06	0,1	121,18	92,07	13,86	0,12
	379	кофейный напиток с молоком	200	13,17	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,3	0,02	0	120	90	14	0,1
		Хлеб пшеничный	40	3,04	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	338	яблоки с порциями	100	13,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
		Итого	550	55,71	582,21	15,75	14,94	90,76	0,14	6,6	0,09	0,54	259,18	216,07	35,46	1,66
Обед	52	Салат из свеклы	60	3	53,91	0,81	3,65	4,72	0,01	5,7	0	1,64	21,09	24,51	12,54	0,8
		Суп картофельный с макаронными изделиями	200	14,83	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86
	290	Птица тушенная в сметане соусе	100	35,3	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	15,69	9,99	1,61	0,05
		Наши гречневая рассычатая с маслом	155(150/5)	18	266,46	8,67	6,31	42,64	0,21	0	0,02	0,61	14,9	205,9	137,2	4,61
	342	Компот из св. яблок	200	8,25	108,96	0,16	0,16	27,87	0,01	1,4	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4
		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	3,8	0,22
		Итого	775	83,94	786,09	30,95	32,86	104,63	0,35	24,64	0,29	4,58	82,64	311,2	172,59	6,94
		Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	200/30	30,51	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86