

Составлен:
Директор: _____ (ФИО директора)
Дата: _____



Меню для обучающихся образовательных учреждений																	
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 15.10.2025 г.																	
	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества								
					Кал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак	14	Масло сливочное парч.	10	12,12	74,8	0,05	8,25	0,08		0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02
	219	Сырники из творога с молоком	100/20	43,05	265,5	21,68	17,94	34,28	0,084	0,56	73,8	0,57	281,4	313,76	36,68	0,76	
	377	Чай с лимоном	200(15/7)	3,71	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,04	0,04	
		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 св.порцелли	100	13,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1	
		Итого	470	75,42	539,66	25,33	26,94	78,8	0,154	7,46	73,85	1,12	304,6	352,3	45,12	2,26	
Обед	52	Салат из свеклы отварной	100	5	89,85	1,35	6,08	7,86	0,02	9,5	0	2,73	35,15	40,85	20,9	1,33	
		Суп картофельный с															
	103	макарон.изделиями	250	18,54	121,95	3,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08	
	234	Котлеты рыбные с соусом	100	22,63	118,76	7,21	5	10,92	0,06	0,62	0,03	2,54	45,26	102,07	8,82	0,4	
	112	Пюре картофельное	200	17,4	218,11	5,88	10,94	26,34	0,19	6,92	0,23	0,29	50,38	110,31	37	1,12	
	148	Ячмолт из кураги	200	10	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,81	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66	
		Хлеб Дарницкой	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	
		Итого	910	78,13	838,45	22,98	25,33	107,08	0,42	39,47	0,7	8,2	195,32	364,67	119,53	5,01	
		Суп картофельный с															
	103	макарон.изделиями и мясом	250	32,08	121,95	3,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08	

Полд

Медведь