

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



Утверждено:
 Заведующий Р.Ш.
 Дата: 09.11.2025 г.

Меню для обучающихся образовательных учреждений															
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 05.11.2025г.															
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	10 Масло сл. порциями	10	12,12	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02
	173 Жидк. молоч. пшеница с маслом	210(200/10)	23,66	320,3	8,53	12,28	43,61	0,19	1,3	0,06	0,25	134,54	307,4	54,94	1,46
	377 Чай с лимонком	200(15/7)	4	59,16	0,16	0,03	15,7	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
	Хлеб пшеничный	40	3,04	95,2	3,04	0,12	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	338 Рисовый салат порциями	100	13,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
	Итого	560	56,32	594,46	12,18	21,28	88,13	0,26	8,1	0,11	0,8	157,74	245,94	63,38	2,96
Обед	67 Винегрет овощной	100	7,68	124,34	1,34	10,11	6,86	0,05	12,95	0,22	4,54	26,40	41,08	18,53	0,77
	Суп картофельный с макарон. изделиями	250	18,54	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08
	234 Пюре картофельное с соусом	100	28,15	118,76	2,21	5	10,92	0,06	0,62	0,03	2,54	45,26	102,07	8,82	0,4
	312 Пюре картофельное	200	17,4	238,11	5,88	10,94	26,14	0,19	6,92	0,23	0,29	50,38	110,31	37	1,32
	349 Напиток из сухофруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,11	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб диетический	40	3,04	95	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	81,31	874,81	22,46	29,36	106,96	0,43	42,09	0,8	8,87	151,74	334,71	95,45	3,79
	103 Суп картофельный с макарон. изделиями с мясом	250/30	25,68	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08