

Согласовано:
Директор

Дата: _____ г.



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 24.11.2025г.
Осень: зимний сезон.

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена	Питательная ценность					Витамины и минеральные вещества						
					Кал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	15	суп порционный	35	11,22	54	3,45	3,58	0	0,01	0,17	0,06	0,13	220	125	8,75	0,25
	173	Наша молоч.пшеника с маслом	155(150/5)	17,46	218,12	6,33	7,15	11,86	0,14	0,97	0,04	0,16	100,18	153,66	40,8	1,07
	379	Кофейный напиток с молоком	200	12,17	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	0,12	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	338	Пблочи салариями	100	13,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
		Итого	510	57,39	558,62	16,34	13,96	85,79	0,26	6,44	0,13	0,73	458,18	402,66	71,15	2,86
Обед	43	Салат из белокачанной капусты	60	3	51,64	0,89	3,05	5,39	0,02	21,4	0,12	1,39	24,34	17,98	9,85	0,33
	102	Суп картофельный с горохом	200	9,04	118,63	4,11	4,27	35,6	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64
	294	Полусом	100	32,95	164	8,45	9,85	10,36	0,13	0,84	0,13	1,79	37,94	48,8	13,4	0,98
	309	Макарон отварные	150	9,58	196,87	5,38	4,68	32,4	0,05	0	0,03	1,11	5,42	51,46	9,11	1,00
	388	Напиток из плодов шиповника	200	8,64	87,78	0,68	0,28	20,74	0,02	100	0,02	0	21,34	3,44	1,44	0,64
		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	11	2,8	0,22
		Итого	770	62,77	764,52	24,15	22,65	94,21	0,42	133,42	0,52	6,27	120,82	204,98	67,84	4,89

Повар

Медсестра