

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



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 29.01.2025 г
Осенне-зимний сезон.

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность					Витамины и минеральные вещества									
					Кал	Белки	Жиры	Углеводы	С	А	В	С	Р	Мg	Fe				
Завтрак	14	Масло сливочное топленое	10	11,53	34,8	0,03	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02			
	223	Запеканка творожная с молоком	150(150/20)	35	367,83	22,24	16,79	31,71	0,08	0,51	0,09	0,57	266,51	327,04	35,18	0,82			
	377	Чай с лимоном	200(15/7)	3	35,14	0,14	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04			
		Хлеб пшеничный	40	2,88	35,2	3,04	0,37	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,4	0,44			
	338	Молоко скармливаемое	100	11	45	0,4	0,4	8,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1			
		Итого:	500	63,43	443,99	25,91	25,79	76,23	0,15	7,31	0,14	1,12	289,71	365,58	43,63	2,32			
Обед	47	Салат из вареной капусты с раст. маслом	60	5,1	50,03	0,96	3	4,61	0,01	15,18	0	1,38	29,18	18,55	8,63	0,34			
		Суп картофельный с макаронами, изюмом	200	7,46	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86			
	127	Рыба припущенная с соусом	100	57,36	82,22	0,82	3,03	3,33	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	100,19	5,1	0,1			
	312	Пюре картофельное	200	15,12	216,11	5,88	10,94	26,34	0,19	6,92	0,23	0,29	50,38	110,51	37	1,42			
	348	Компот из фруктов	200	6,62	124,14	1,08	0	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,06	30,19	21,71	0,66			
		Хлеб пшеничный	40	2,88	35,2	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0			
		Хлеб пшеничный	20	1,44	17,6	1,56	0,18	8,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,23			
		Итого:	820	102,78	737,7	24,63	19,72	92,06	0,39	45,24	0,65	4,39	169,95	526,84	95,87	5,5			
		Суп картофельный с макаронами, изюмом, с мясом	200(30)	14,6	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86			

Повар: _____

Медсестра: _____