

Согласовано:
 Директор: _____ (ИО директора)
 Дата: _____



Меню для обучающихся образовательных учреждений Возрастная категория: с 12 лет и старше на 19.12.2025г. Осенне-зимний сезон																
	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Белок	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Завтрак	182	Яблоко печеное молочная с маслом	260(250/10)	30,7	351,13	13,47	12,62	46,01	0,04	1,63	0,06	0,1	150,88	114,35	17,33	0,14
	379	Яблочный напиток с молоком	200	12,17	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,4	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 со порциями	100	12	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
		Итого	600	57,91	637,63	18,03	15,85	99,94	0,15	7,03	0,09	0,54	289,88	238,15	38,93	1,68
Обед	52	Салат из свеклы	100	5	89,85	1,35	6,08	7,87	0,02	9,5	0	2,73	35,15	40,85	20,9	1,33
		Суп картофельный с макаронными 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
	103	Птица тушенная в сметане	100	35,3	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05
	302	Яблоко печеное молочная с маслом	200	12,17	146,3	3,12	2,51	24,69	0,04	1,4	0,02	0	120	90	14	0,1
	342	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
		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
		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	99,96	939,87	35,03	38,24	126,58	0,45	32,76	0,36	6,18	107,34	411,87	238,65	9,27
		Суп картофельный с макаронными изделиями с маслом	250/30	32,08	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08