

Составлено:
Директор _____ (ИМО директор)
Дата: _____



Меню для обучающихся образовательных учреждений Возрастная категория: с 12 лет и старше на 24.12.2025 г.																
	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Завтрак	14	Масло сливочное топленое	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 яблоком	100/20	43,05	265,5	21,68	17,94	34,28	0,084	0,66	73,8	0,57	281,4	313,76	36,68	0,76
	377	Чай с лимоном	200/15/71	3,71	58,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	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	Волокно с порианьями	100	12	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
		Итого	470	73,92	539,66	25,33	26,94	78,8	0,154	7,46	73,85	1,12	304,6	352,3	45,12	2,76
Обед	52	Салат из свеклы отварной	100	5	69,85	1,35	0,08	7,86	0,02	9,5	0	2,73	35,15	40,85	20,9	1,13
		Суп картофельный с макаронами	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	Котлеты рыбные с соусом	100	22,63	118,76	7,21	5	10,92	0,06	0,61	0,03	2,54	45,76	102,07	8,82	0,4
	312	Пюре картофельное	200	17,4	218,11	5,88	10,94	26,34	0,19	6,92	0,23	0,29	50,18	110,33	37	1,32
	348	Компот из кураги	200	10	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,81	0,12	1,14	33,08	10,19	21,71	0,66
		Хлеб диетический	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	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	5,81
	103	Суп картофельный с макаронами и мясом	250	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

Повар: _____

Медсестра: _____