

Согласовано:
 Директор: _____ (ИМО дирекции)
 Дата: _____



Меню на 05.02.2025 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений													
Возрастная категория: с 7 – 11 лет.													
Осень – зимний сезон.													
№ по СП	Наименование блюда	Выход (г/п)	Цена	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества					
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	Вит. А	Вит. С	Вит. Е	Вит. Р	Вит. Mg	Вит. Fe
14	Мясло со. порционные	10	11,73	75,8	0,03	8,25	0,08	0	0	0,03	0,1	2,4	0
173	Каша молочная с яблоком	155(150/50)	15,96	216,12	6,33	7,15	21,86	0,14	0,97	0,04	0,18	200,18	153,66
Завтрак	Чай с фруктовым соком	200	0,06	33	0,54	0,1	8,18	0	1,38	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	40	2,88	95,2	1,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	20
	Всего за завтрак	300	11	42	0,4	0,3	9,3	0,02	5	0	0,4	19	10
	Итого	505	47,1	463,12	10,36	14,12	49,44	0,2	7,35	0,04	0,7	129,58	198,66
Обед	Салат из зеленого горошка	60	9,55	90,16	1,78	3,11	0,04	0,06	6,6	0,41	1,64	12,87	35,97
	Суп картофельный с макаронами	200	7,46	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,76	1,18	21,96	54,6
	Котлеты рыбные с соусом	200	33	138,76	7,21	5	10,92	0,08	0,62	0,03	2,54	45,26	103,07
	Пюре картофельное	200	10,12	238,11	5,68	10,94	16,34	0,21	7,96	0,26	0,33	57,04	136,46
	Компот из смеси сухофруктов	200	5	124,05	0,57	0	32,71	0	0	0	0	0	0
	Хлеб диетический	40	2,88	96	3,32	0,36	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	20	1,44	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13
	Итого	820	78,45	776,74	22,33	21,8	85,96	0,44	32,66	0,96	5,71	142,83	352,5
173	Суп картофельный с макаронами и мясом	200/50	14,6	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,76	1,18	21,96	54,6