

Водитель: Ивановский
Дата: 10.12.2013 г.

Меню для обучающихся образовательных учреждений																
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 11.02.2025 года																
Осенне-зимний сезон																
	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Исход	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества						
						Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	171	Паша молочная из овсяных хлопьев с маслом	260 (250/10)	26,58	347,78	9,45	14,52	40,25	0,22	1,61	0,03	1	179,07	290,89	86,73	2,09
	182	Паша с творогом	200	11,88	243	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,03	0,01	125,12	116,7	31	0,98
	1	Пшеничный хлеб с маслом	55	12,72	156,7	2,38	4,39	22,11	0,05	0,3	0,02	0,44	10,9	29,4	11,3	0,87
		Хлеб пшеничный	40	2,89	95,2	3,04	0,32	15,44	0,04	0	0	0,04	6	20	5,6	0,44
		Итого	535	54,05	742,88	18,66	24,43	112,81	0,35	3,01	0,11	1,49	322,00	462,49	134,63	4,38
Обед	67	Венгский плов	100	9,67	124,34	1,34	30,13	6,88	0,05	12,85	0,22	4,54	36,65	41,08	18,53	0,77
	82	Борщ с капустой, картофелем со смет.	255 (250/5)	14,7	114,89	2,04	5,96	14,17	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24
	279	Тфенич, тушеные с соусом	130	34	135,1	7,47	8,37	8,05	0,05	0	0,02	2,86	18,26	78,6	13,66	1,14
	302	Каша гречневая рассычатая с маслом	210 (200/10)	23,5	359,91	11,84	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,83	20,07	276,58	184,24	6,19
	349	Компот из смеси сухофруктов	205	5	128,05	0,57	0	32,23	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб Дарницкий	40	2,88	98	1,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб пшеничный	30	1,44	47,6	1,52	0,16	9,77	0,03	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
		Итого	815	91,19	1009,89	27,7	33,66	128,47	0,43	25,3	0,54	18,74	113,99	467,52	247,56	9,56
Итого	82	Борщ с капустой, картофелем со смет.	255 (250/30/5)	21,84	114,89	2,04	5,96	14,17	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24

Name: _____