

Согласовано:
Директор _____ (подпись)
Дата: _____



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 12.02.2025 г.
Осенне-зимний сезон.

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витаминно-минеральные вещества									
				Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe			
Завтрак	14 Мисо со сливочным маслом	20	11,22	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,08	0,1	2,4	3	0,02			
	223 Запеканка творожная с молоком	150(130/20)	35	367,83	22,28	16,79	31,71	0,08	0,51	0,09	0,57	268,51	327,04	35,28	0,82	C	
	377 Чай с лимоном	200(15/7)	3	59,16	0,10	0,09	15,2	0	2,8	0	0,03	2,8	1,54	0,84	0,04		
	338 Йогурт с корицей	100	2,88	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44		
	Итого	990	63,2	641,99	25,92	25,79	76,23	0,15	2,81	0,14	1,12	289,71	365,58	45,63	2,32		
Обед	47 Салат из овощей с майонезом	80	5,3	50,00	0,96	3	4,81	0,01	16,38	0	1,58	25,19	18,55	8,63	0,14		
	103 Суп картофельный с макаронами	200	7,46	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,16	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86		
	312 Паров картофельный с соусом	100	57,16	82,22	9,82	3,03	5,33	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	100,19	3,1	0,1		
	348 Компот из фруктов	200	19,12	78,11	5,88	10,94	26,34	0,18	6,92	0,23	0,29	50,38	135,31	27	1,32		
	Клуб Дарьянов	40	9,62	128,18	1,08	0	11,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66		
	Клуб с яблоком	20	2,88	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Итого	620	144	47,6	1,52	8,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	19	2,8	0,22		
	Суп картофельный с макаронами	200(90)	14,6	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,16	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86		
	Итого	820	158,78	737,7	24,63	18,72	82,06	0,19	41,24	0,83	4,39	108,95	326,34	95,67	3,5		
	Суп картофельный с макаронами	200(90)	14,6	97,56	2,25	2,23	16,73	0,09	17,28	0,16	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86		

Помар

Медсестра