


 Подпись: _____
 Дата: 12.02.2025

Меню для обучающихся образовательных учреждений Возрастная категория: с 12 лет и старше на 12.02.2025 года Осенне-зимний сезон															
№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность					Витаминные и минеральные вещества						
				Кал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
Заправка	34 Масло сливочное, перс.	10	11,27	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,5	7,4	8	0	0,0
221	Вяленка творожная (по вкусу творогом)	720(200/30)	88	493,29	31,68	23,99	37,47	0,09	0,08	0,14	0,67	320,56	435,34	43,98	1,4
377	Чай с лимоном	200(15/7)	7	50,38	0,16	0,01	35,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,0
336	Хлеб пшеничный	40	2,88	95,2	3,04	0,23	19,64	0,08	0	0	0,04	8	26	5,6	0,4
	Итого	1000	33	452	0,4	0,4	9,8	0,01	0	0,01	0,4	30	8	2	0,1
		570	72,3	787,49	35,32	32,89	81,89	0,16	7,38	0,19	1,22	463,78	477,78	52,42	3,97
Обед	Салат из морской капусты с раст. маслом	100	8,5	81,19	1,59	4,66	7,13	0,02	27,3	0,03	2,38	48,88	27,71	16,76	0,18
163	Суп картофельный с мясным бульоном	250	9,32	321,95	7,82	7,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,09
227	Рыба креветочная с соусом	100	57,38	95,78	9,29	1,78	3,29	0,06	1,01	0,06	0,38	15,34	100,18	3,1	0,1
312	Лепешка картофельная	230	19,12	255,43	4,78	12,51	30,23	0,21	7,86	0,28	0,33	57,94	136,86	42,55	2,52
546	Компот из фруктов	500	9,62	124,18	1,68	0	31,83	0,02	0,83	0,12	1,34	33,88	20,19	21,71	0,66
	Хлеб пшеничный	40	2,88	95,2	3,12	0,34	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Хлеб пшеничный	20	1,44	47,6	1,56	0,17	0,71	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
	Итого	620	108,64	792,1	24,8	22,58	102,6	0,44	58,72	0,77	5,79	298,09	366,7	153,22	4,17
	Суп картофельный с мясным бульоном	250(30)	16,46	321,95	7,82	7,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,09

Abstract

Abstract