

Составлено:
 Директор: _____
 Дата: _____



Меню на 21.02.2025 года для обучающихся начального звена образовательных учреждений																
Возрастная категория: с 7 – 11 лет																
Осенне- зимний сезон																
№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность					Витаминный и минеральный состав							
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	С	Ca	P	Mg	Fe	
182	Резь голубые макароны с маслом	2100/10/200	22,87	285,75	9,19	11,73	36,83	0,05	1,3	0,08	0,1	121,18	92,87	13,86	0,13	
179	Маффины картофель с мясом	200	10,88	146,3	3,52	2,51	24,09	0,04	1,3	0,03	0	1,20	90	24	0,1	
Витамин	Хлеб пшеничный	40	2,88	95,7	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	9	26	5,6	0,44	
	Макаронный салат с помидорами	100	22,5	40	0,8	0,5	8,1	0,06	38	0,05	0,3	35	17	11	0,1	
	Итого	550	58,73	577,75	16,15	14,55	89,08	0,17	40,6	0,09	0,34	284,18	225,07	48,46	0,70	
52	Салат из свеклы	80	1	53,95	0,81	3,65	4,72	0,01	5,7	0	1,64	21,04	24,51	12,58	0,8	
303	Суп картофельный с макаронами	200	12,42	97,58	2,25	2,23	16,75	0,09	17,38	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86	
290	Пюре картофельное с сметаной	100	26,42	113,8	14,42	19,89	2,9	0,05	0,06	0,01	0,97	16,69	6,99	1,63	0,95	
Обед	Макароны с соусом	200	17,63	243,82	11,19	8,34	52,01	0,17	0	0,01	0,79	19,22	85,67	177,03	5,94	
	Хлеб пшеничный	40	2,88	95,7	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	9	26	5,6	0,44	
	Хлеб пшеничный	40	2,88	95,7	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	9	26	5,6	0,44	
302	Хлеб пшеничный	40	2,88	95,7	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	9	26	5,6	0,44	
303	Хлеб пшеничный	40	2,88	95,7	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	9	26	5,6	0,44	
Итого		830	73,25	853,45	33,46	34,69	227,61	0,41	24,64	0,3	4,76	86,96	170,97	217,42	8,27	
290	Суп картофельный с макаронами и сметаной	200/30	19,96	97,58	2,25	2,23	16,75	0,09	17,38	0,26	1,18	21,96	54,6	22,64	0,86	