



Согласовано:

Директор

Дата: _____

(ФИО директора)



Утверждает:

Директор ООО "Общепит"

Дата: _____

**Меню для обучающихся образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 13.12.2024 года
Осенне-зимний сезон**

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цены, руб.	Ккал	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества									
					Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак	302 Каша гречневая рассыпчатая с маслом	200	25,8	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28		0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19	
	15 Сыр порциями	25	19	90	5,75	5,95	0	0,01	0,17	0,05	0,13	2,20	1,25	8,75	0,25		
	382 Какао с молоком	200	11,55	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98		
	338 мандарины св. порциями	100	23	40	0,8	0,3	8,1	0,06	38	0,01	0,2	35	17	11	0,1		
	Углеб. пшеничный	40	2,8	5,2	0,2	0,2	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44		
	Итого	565	82,15	728,11	25,02	18,47	110,61	0,43	39,47	0,12	1,2	408,19	560,78	240,59	7,96		
Обед	62 Салат из моркови с сахаром	100	6,67	49,02	0,74	0,05	6,89	0,04	2,02	0,04	0	15,46	31,66	21,63	0,4		
	96 Рассольник Ленинградский со сметаной	255 (250/5)	11,19	134,1	2,23	6,06	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,65	26,25	0,97		
	290 Птица тушенная в смет.соусе	100	31	113,6	14,42	19,99	2,95	0,01	0,06	0,01	0,97	16,69	9,99	1,61	0,05		
	312 Пюре картофельное	230	16,45	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52		
	342 Компот из св.яблок	200	6,55	108,96	0,16	0,16	27,87	0,01	1,6	0	0,16	4	3,2	0,8	0,4		
	Хлеб Дарницкий	40	2,8	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб пшеничный	20	1,4	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22		
	Итого	945	76,06	804,7	26,97	39,29	94,57	0,39	19,18	0,59	3,89	119,49	259,36	95,64	3,56		
	96 Рассольник Ленинградский со сметаной с мясом	(250/30/5)	17,52	134,1	2,23	6,06	16,91	0,1	7,54	0,28	2,41	21,4	74,65	26,25	0,97		

Повар

Медсестра

Сестра