



Утверждено:  
 Директор ООО "Общепит"  
 Санжаров Р.Ш.  
 Дата: 06.11.2024 г.

**Меню на 06.11.2024 года для обучающихся образовательных учреждений  
 Возрастная категория: с 12 лет и старше  
 Осенне- зимний сезон.**

№ по СП	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества									
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
14	Масло сл. порциями	10	10,38	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02		
173	Каша молоч.пшеница с маслом	210(200/10)	18,66	320,3	8,53	12,28	43,61	0,19	1,3	0,06	0,25	134,54	207,4	54,94	1,46		
	Чай с фруктовым соком	200	6,06	33	0,54	0,1	8,58	0	1,38	0	0	0	0	0	0		
	Хлеб пшеничный	40	2,8	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44		
	Итого	560	47,4	565,3	12,56	21,25	81,21	0,25	7,68	0,1	0,79	163,94	252,4	72,54	4,22		
20	Салат из свежих огурцов	100	14,35	66,6	0,75	6,02	2,35	0,03	4,69	0,03	1,64	22,32	39,59	13,19	0,57		
103	Суп картофельный с макарон.изделиями	250	8,01	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08		
234	Котлеты рыбные с соусом	100	38,44	118,76	7,21	5	10,92	0,06	0,62	0,03	2,54	45,26	102,07	8,82	0,4		
312	Пюре картофельное	230	17,95	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,98	0,26	0,33	57,94	126,86	45,55	1,52		
349	Компот из смеси сухофруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0		
	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	940	87,95	832,38	20,77	26,84	106,34	0,43	34,89	0,64	6,01	156,97	349,77	98,66	3,79		

103	Суп картофельный с макарон.изделиями	250/30	14,16	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08
-----	--------------------------------------	--------	-------	--------	------	------	-------	------	------	------	------	-------	-------	------	------



Согласовано:  
 Директор (ФИО директора)  
 Дата: 05.11.24