Согласовано:
Директор _____ (ФИО директора)
Дата: _____ г.

Утверждаю:
Директор ООО "Общелит"
_____ 2023 г.

Меню для обучающихся образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12лет и старше на 15.01.2025 года
Осенне-зимний сезон

	№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества							
					Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
Завтрак	14	Масло сливочное порц.	10	11,53	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02
	223	Запеканка творожная со сгущ молоком	220(200/20)	44	493,29	31,68	23,99	37,47	0,09	0,58	0,14	0,67	320,56	439,24	43,98	1,47
	377	Чай с лимоном	200(15/7)	3	59,16	0,16	0,03	15,2	0	2,8	0	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04
		Хлеб пшеничный	40	2,88	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44
	338	Яблоки св.порциями	100	11	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
		Итого	**570**	**72,41**	**767,45**	**35,33**	**32,99**	**81,99**	**0,16**	**7,38**	**0,19**	**1,22**	**343,76**	**477,78**	**52,42**	**2,97**
Обед	47	Салат из квашенной капусты с раст.маслом	100	8,5	81,19	1,59	4,99	7,12	0,02	27,3	0,03	2,38	48,88	27,71	14,76	0,59
	103	Суп картофельный с макарон.изделиями	250	9,32	121,95	2,82	2,79	20,91	0,11	21,6	0,32	1,48	27,45	68,25	28,3	1,08
	227	Рыба припущеная с соусом	100	57,16	65,76	9,29	1,78	3,29	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	100,19	3,1	0,1
	312	Пюре картофельное	230	19,12	253,42	4,78	12,51	30,23	0,21	7,96	0,26	0,33	57,94	126,86	42,55	1,52
	348	Компот из кураги	200	9,62	124,18	1,08	0	31,33	0,02	0,83	0,12	1,14	33,08	30,19	21,71	0,66
		Хлеб Дарницкий	40	2,88	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб пшеничный	20	1,44	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
		Итого	**920**	**108,04**	**792,1**	**24,2**	**22,59**	**102,6**	**0,44**	**58,72**	**0,77**	**5,73**	**206,69**	**366,2**	**113,22**	**4,17**

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

Повар _____

Медсестра _____