



Согласовано:

Директор

Дата: 15.10.24 г.

(ФИО директора)



Утверждаю:

Директор

Дата: 15.10.2024 г.

**Меню для обучающихся образовательных учреждений  
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 15.10.2024 года**  
Осенне-зимний сезон

№ по СР	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества									
				Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
173	Каша молочная из овсяных хлопьев с маслом	260 (250/10)	24,57	347,78	9,45	16,52	40,25	0,22	1,61	0,07	1	178,07	290,89	86,73	2,09	
382	Каша 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	
2	Бутерброд с повидлом	55	10,9	156,7	2,38	4,39	27,11	0,05	0,1	0,02	0,44	10,9	29,4	11,3	0,87	
	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	
	<b>Итого</b>	<b>555</b>	<b>49,82</b>	<b>742,68</b>	<b>18,66</b>	<b>24,43</b>	<b>112,61</b>	<b>0,35</b>	<b>3,01</b>	<b>0,11</b>	<b>1,49</b>	<b>322,09</b>	<b>462,49</b>	<b>134,63</b>	<b>4,38</b>	
<b>Обед</b>																
67	Винегрет овощной	100	9,67	124,34	1,34	10,11	6,86	0,05	12,95	0,22	4,54	26,65	41,08	18,53	0,77	
82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255 (250/5)	9,33	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24	
279	Тфтели рубленные с соусом	110(60/50)	32	139,1	7,47	8,37	8,05	0,03	0	0,02	2,86	18,26	78,6	13,66	1,14	
302	Каша гречневая рассычатая с маслом	210(200/10)	17,7	359,91	11,64	8,7	57,26	0,28	0	0,03	0,82	20,07	276,58	184,24	6,19	
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	
	<b>Итого</b>	<b>915</b>	<b>77,9</b>	<b>1009,89</b>	<b>27,7</b>	<b>33,66</b>	<b>128,47</b>	<b>0,43</b>	<b>25,3</b>	<b>0,54</b>	<b>10,74</b>	<b>113,99</b>	<b>467,32</b>	<b>247,56</b>	<b>9,56</b>	
82	Борщ с капустой картофелем со смет.	255 (250/5)	15,48	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24	

Повар \_\_\_\_\_

Медсестра \_\_\_\_\_