



Утверждаю:
 И.И. Директор ООО "Общепит"
 Даняпов Р.Ш.
 Дата: 24.09.2024 г.

Меню на 24.09.2024 года для обучающихся образовательных учреждений
Возрастная категория: с 12 лет и старше
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	Мg	Fe
завтрак	Залепанка творожная со сметан. соус.	215(180/35)	33	409,5	28,74	21,95	23,41	0,09	0,47	0,13	0,65	290,25	397,38	39,1	1,11
	376 Чай с сахаром	200(15)	2	56,85	0,1	0,03	14,99	0	0	0	0	0	0	0	0
	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	50	3,5	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0,04	0,04	8	26	5,6	0,44
209	Яйцо вареное	40	11	62,8	5,08	4,6	0,28	0,03	0	0,1	0,24	22	76,8	4,8	1
	Итого :	550	60,4	781,05	39,34	31,29	85,23	0,21	0,57	0,25	1,37	331,15	529,58	60,8	3,42
обед	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)	13,5	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24
Обед	291 Плов из птицы	200	40,13	305,34	16,94	10,46	35,74	0,1	6,03	0,1	4,4	46,34	175,34	54,04	1,98
348	Компот из кураги	200	9,43	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	2,8	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Итого	895	75,53	766,75	24,52	26,89	88,3	0,22	32,16	0,71	12,58	151,08	304,67	122,61	4,65
обед	82 Борщ с капустой картофелем со смет.	255(250/5/30)	19,65	114,89	2,04	5,96	14,37	0,05	12,35	0,27	2,5	45,01	58,06	28,33	1,24