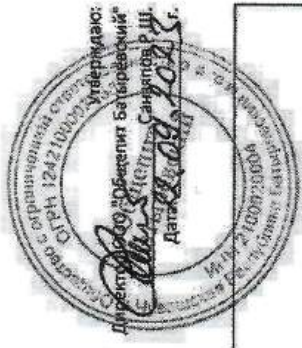




Согласовано:
Директор
Дата: 2025.09.22



Меню для обучающихся начального звена образовательных учреждений
Возрастная категория: с 7 – 11 лет на 22.09.2025 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
Завтрак	3	Бульброд с сыром	50	20,31	162,8	5,76	7,95	14,62	0,04	0,1	0,06	0,15	139,2	96	9,45	0,49
	174	Каша молочн.рисовая с маслом	155(150/5)	18,65	191,33	4,41	6,31	28,85	0,04	0,97	0,04	0,18	92,91	117,33	26,73	0,41
	382	Какао с молоком	200	13,2	143	3,79	3,2	25,81	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	116,2	31	0,98
		Хлеб пшеничный	20	1,52	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
	338	Яблоки сал.порциями	100	13,5	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1
		Итого	525	67,18	589,73	15,88	18,02	88,8	0,17	6,37	0,13	0,77	371,23	350,53	71,98	3,1
Обед	62	Салат из моркови с сахаром	50	3	49,02	0,74	0,05	6,89	0,04	2,02	0,04	0	15,46	31,66	21,63	0,4
	102	Суп картофельный с горохом	200	9,04	118,63	4,11	4,27	15,6	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64
		Котлеты рубленные из птицы с соусом	100	35,63	164	8,45	9,85	10,36	0,13	0,84	0,13	1,79	37,94	48,8	13,4	0,98
	309	Макаронн.отварные	150	10	196,87	5,38	4,68	32,4	0,05	0	0,03	1,11	5,42	51,46	9,21	1,08
	349	Компот из сухофруктов	200	5	126,05	0,57	0	32,21	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб Дарницкий	40	3,04	98	3,12	0,36	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Хлеб пшеничный	20	1,52	47,6	1,52	0,16	9,72	0,02	0	0	0,02	4	13	2,8	0,22
	Итого	770	67,23	800,17	23,89	19,37	107,18	0,42	13,84	0,42	4,88	90,6	215,22	76,18	4,32	
Обед	102	Суп картофельный с горохом с мясом	200/30	22,58	118,63	4,11	4,27	15,6	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	70,3	29,14	1,64

Повар

Медсестра



Data:

data:

27 09 2017

Осенне-зимний сезон

102	Суп картофельный с горохом с мясом	250/30	18,44	5,13	19,5	0,23	13,73	0,27	2,45	34,72	87,88	36,42	2,05
-----	------------------------------------	--------	-------	------	------	------	-------	------	------	-------	-------	-------	------