



Сотрудник  
Директор  
Дата:

Меню для обучающихся образовательных учреждений  
Возрастная категория: с 12 лет и старше на 04.09.2024 года

№ по ср	Наименование блюда	Выход (гр)	Цена, руб.	Ккал	Пищевая ценность						Витамины и минеральные вещества											
					Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe							
Завтрак																						
14	Масло сливочное порц.	10	9,18	74,8	0,05	8,25	0,08	0	0	0,04	0,1	2,4	3	0	0,02							
223	Запеканка творожная со супш. молоком	220(200/20)	33	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	2,8	95,2	3,04	0,32	19,44	0,04	0	0	0,04	8	26	5,6	0,44							
338	Яблоко сд. порционными	100	12	45	0,4	0,4	9,8	0,03	4	0,01	0,4	10	8	2	1							
	Итого	570	59,98	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 квашеной капусты с раст. маслом	100	6,67	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	6,02	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 припущенная с соусом	100(50/50)	24	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	15,61	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 фруктов	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 ржано-пшеничный	50	3,5	94,5	3,65	0,65	17,75	0,09	0	0	0,7	18,5	89	27,5	1,35							
	Итого	920	65,23	741	23,21	22,72	110,63	0,51	58,72	0,77	6,41	221,19	442,2	137,92	5,3							
обед																						
103	Суп картофельный с макарон. изделиями	250	12,17	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

