

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ
Директор _____

Школьное меню для организации питания обучающихся.

25 сентября 2023 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак старшие														
Сыр (порциями) 20; 27	20	5,26	5,32		70,00		0,14	47,60		200,00		11,00	0,14	
Бефстроганов из отварного мяса 45/45У(**); 93,02	45/45	14,34	13,41	3,40	191,73	0,03	0,05			15,54		17,75	1,91	
Каша гречневая рассыпчатая 180/7; 183	180	10,40	6,80	45,40	288,00	0,31				16,88		159,54	5,47	
Компот из смеси сухофруктов 200; 310	200	0,50	0,10	31,20	121,00	0,07	0,29			14,62		8,50	0,92	
Хлеб пшеничный витаминизированный 50; 420	50	7,50	1,00	45,00	219,00	0,36							3,00	
Итого		38,00	26,63	125,00	889,73	0,77	0,48	47,60		247,04		196,79	11,44	73,20
Обед старшие														
Суп щи из свежей капусты с картофелем 250/10(**); 55,03	250	1,70	5,60	8,40	91,00	0,05	12,00			31,82		19,09	0,70	
Котлеты Студенческие 90(**) с кур. груд.; 103	90	13,02	18,83	14,22	282,46	0,04	0,13			42,23		25,20	1,52	
Картофель отварной 150/5(**); 144,06	150	2,90	3,25	22,08	132,50	0,13	6,08			14,07		31,44	1,23	
Напиток яблочный 200; 320	200			23,50	89,00	0,05	12,48			75,35		51,38	1,01	
Хлеб рж-пшеничный витаминизированный 70; 421,03	70	5,04	1,26	30,10	146,30	0,11	5,95						2,52	
Сок 0,2; 429	1	1,00	0,20	20,00	92,00	0,07	1,00			16,00			0,10	
Итого		23,66	29,14	118,30	833,26	0,45	37,63			179,47		127,11	7,08	84,45

Начальник ОДП _____