

МЕНЮ на «01» марта 2024 г.
Пятница (2 неделя)



Р.Д.Оленёва

№ п/п	Наименование блюд	Выход 1-4 кл	Цена	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
1	Флоды и ягоды свежие (яблоки)	100	66,76	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Овоци тушенные с мясом	50/150		12,48	15,68	19,34	271,50	0,12	18,77	39,00	4,67	59,15	148,63	39,69	2,23
	Компот из сухофруктов (75С)	200		0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Итого:	530		15,82	16,41	65,93	481,80	0,20	29,49	39,00	5,71	113,33	202,57	70,35	5,42
		Выход 5-11 кл													
2	Флоды и ягоды свежие (яблоки)	100	57,56	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20
	Овоци тушенные с мясом	50/150		12,48	15,68	19,34	271,50	0,12	18,77	39,00	4,67	59,15	148,63	39,69	2,23
	Компот из сухофруктов (75С)	200		0,66	0,09	22,03	92,80	0,02	0,73	0,00	0,51	32,18	23,44	17,46	0,67
	Хлеб пшеничный	30		2,28	0,24	14,76	70,50	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
	Хлеб ржаной	30		1,98	0,36	11,88	59,40	0,05	0,00	0,00	0,42	8,70	45,00	14,10	1,17
	Итого:	560		17,80	17,57	77,81	541,20	0,25	29,49	39,00	6,13	122,03	247,57	84,45	6,59
		Выход 1-11 кл													
3	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясными фрикадельками	260	50	4,68	4,01	17,53	137,86	0,12	8,3	2	1,49	31,35	88,34	30,5	1,28
	Блины с молоком стущенным	120		8,75	5,54	51,46	291	0,15	1,22	17,4	2,15	190,5	187,5	39,6	1,12
	Кисель детский витаминизированный	200		0,6	0,1	30,2	123,6	0	1,1	€0	0	15,7	16,3	3,36	0,37
	Хлеб сельский/белый	20/20		5,37	6,59	11,18	133,57	0,06	10,7	9,2	2,45	60,18	74,6	28,96	3,44
	Итого:	620		55,85	71,85	234,32	1861,26	0,88	68,84	83,96	18,78	1073,61	860,7	92,72	5,93
		Выход 5-11 кл													
4	Печенье	20	9,20	1,46	2,50	8,8	63,6	0,02	0	0,8	0,932	3,96	14	5,48	0,26
	Чай с сахаром с яблоком	180/10/10		0,11	0,06	10,99	44,70	0,00	1,03	0,00	0,02	12,55	3,90	2,30	0,49
	Итого:	220		1,6	2,6	19,8	108,3	0,0	1,0	0,8	1,0	16,5	17,9	7,8	0,7