



МЕНЮ

по бесплатному горячему питанию обучающимся, получающим начальное общее образование в муниципальных образовательных организациях
"03" марта 2022г.

День/неделя № рец.	Наименование блюд	Выход порции, г.	Цена, руб	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
Стоимость питания составляет 87,33 рублей																		
ЗАВТРАК																		
510	Каша пшеничная молочная	200	18,39	5,70	7,00	20,00	144,00	0,10	0,00	0,06	2,90	116,00	202,00	96,40	2,90			
638	Компот из сухофруктов	200	7,95	0,60	0,00	14,20	88,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54			
	Хлеб пшеничный	30	3,30	2,28	0,24	9,76	71,70	0,07	0,00	0,01	0,06	8,40	37,30	9,30	0,60			
	Сыр порционный	35	29,34	6,14	6,90	0,74	90,00	0,02	0,24	69,00	0,02	300,00	192,00	13,50	0,30			
	Сок в индивидуальной упаковке	200	28,35	1,04	0,00	15,00	81,00	0,08	18,00	0,00	1,44	68,40	57,60	43,28	8,18			
ИТОГО за завтрак				15,76	14,14	59,70	474,70	0,29	70,24	69,11	4,76	504,60	500,58	167,20	12,52			
ОБЕД																		
Стоимость питания составляет 87,33 рублей																		
132	Овощи консервированные	30	7,96	0,62	0,04	1,30	48,00	0,02	2,00	0,00	0,04	4,00	12,40	4,20	0,14			
	Рассольник домашний	200	23,24	1,68	6,10	16,60	140,00	0,11	0,00	0,00	0,00	47,48	118,90	29,63	1,45			
	Макаронные изделия отварные	150	7,23	3,20	6,80	21,90	174,00	0,15	0,00	0,00	0,00	46,06	97,33	33,00	1,20			
	Раба запеченная с морковью	80	43,23	15,30	9,40	31,00	186,60	0,00	0,00	0,00	0,00	24,14	149,90	22,60	0,60			
	Чай с сахаром	200	2,90	0,60	0,00	14,20	88,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54			
	Хлеб пшеничный	30	3,30	2,28	0,24	9,76	71,70	0,07	0,00	0,01	0,06	8,40	37,30	9,30	0,60			
ИТОГО за обед				23,68	22,58	94,76	708,30	0,37	54,00	0,05	0,44	141,88	427,51	103,45	4,53			
ВСЕГО за День 4				39,44	36,72	154,46	1183,00	0,66	124,24	69,16	5,20	646,48	928,09	270,65	17,05			

Количество детей на завтрак	
Количество детей на обед	
ВСЕГО детей	

Ответственный за питание

Шеф повар