



МБОУ "Росток" (школа)

**М Е Н Ю**

На 15.04.2024  
(понедельник)

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
<b>Первый завтрак</b>				
Каша жидкая молочная из манной крупы		200	42,36	291
Фрукт (сезонный) пор.		130	12,74	61
Бутерброд с сыром		50/10	24,70	175
Кофейный напиток с молоком		200	17,37	87
<b>Итого:</b>	<b>80,00</b>		<b>97,17</b>	<b>614</b>
<b>Обед</b>				
Рассольник Ленинградский на курином бульоне (с/н)		200	10,00	92
Компот из черной смородины		200	28,86	123
Хлеб пшеничный		30	14,76	71
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Биточки из филе кур с соусом		50/50	12,32	178
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,98	196
Сметана		20	0,70	41
<b>Итого:</b>	<b>105,00</b>		<b>114,07</b>	<b>781</b>
<b>Весь рацион питания:</b>	<b>185,00</b>		<b>211,24</b>	<b>1395</b>

**Для всего меню**

В. граммах			Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	B1	B2	C	A	E
35,90	40,60	211,24	0,51	0,91	51,78	210,29	0,27
Минеральные вещества в миллиграммах							
Ca	P	Mg	Fe				
472,46	473,34	113,87	9,10				

*Алф*

Директор \_\_\_\_\_ (Михалев А. И.)

Зав. производства

Алфорова А. .