



ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
По городским школьным столовым для питания учащихся в зимний период на 2025г.
Возрастная категория с 7 до 11 лет

День недели	Наименование блюда	Обед											
		Цена	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Ca	Mg	Fe	B1	B2	
понедельник	Сб. рец.2005 №208	7	60	0,62	3,15	4,68	47,82	10,86	7,81	0,75	0,04	0,08	
	Сб.Москва №118	12,87	200	4,39	3,79	10,79	127	50,46	16,24	1,03	0,1	0,09	
	Сб. Москва №208	69,69	200	16,3	16,51	51,03	432,1	200,72	29,77	1,3	0,16	0,24	
	Сб. Москва №631	11,23	200	0,6	0,61	21,36	86,38	27,8	12,5	0,66	11,3	0,01	
	Рецептура№88 пр	3,5	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	6,3	0,4	0	0,045	
	Пр. производство	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0,025	
	ИТОГО :	106,17		25,27	24,61	114,71	804,11	340,84	84,12	3,81	18,59	0,24	0,39
	Салат Степной с соленым огурцом*	9,83	60	0,98	3,06	9,48	43	62,1	9,8	0,08	9,7	0,01	0,06
	Сб.Москва №150	16,01	200/5	1,58	4,3	7,46	75,2	33,95	16,9	0,3	4,71	0,18	0,05
	Сб.рецепт2017 №282	47,26	90	15,28	12,81	16,25	191,02	98,65	28,1	1,5	2,12	0,03	0,16
Сб. Москва №445	11,35	150	3,16	6,61	33,8	220,5	17,23	3,8	0,1	0	0,01	0,13	
54-13хн	10,82	180	0,6	0,2	15,2	65,3	110	3	0,84	3,02	0	0,01	
Рецептура№88 пр	3,5	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	6,3	0,4	0	0,045	0,03	
Пр. производство	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0,025	0,01	
ИТОГО :	100,65		24,96	27,53	109,04	705,83	372,93	79,4	3,62	19,55	0,23	0,42	
среда	Салат "Осенний" *	7,36	60	1,07	3,16	7,55	63,06	39,47	9,17	0,6	5,7	0,01	0,01
	Сб.Москва №122	14,26	200	2,29	3,65	28,3	111,2	26,78	21,6	0,1	3,2	0,1	0,09
	Сб.Москва №210	58,24	200	19,4	18,3	36,24	372	195,72	32,84	1,2	5,84	0,13	0,28
	Сб.Москва №395	7,14	200	0	0	9,89	104	20	0,00	1,22	5,22	0	0
	Рецептура№88 пр	3,5	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	6,3	0,4	0	0,045	0,03
	Пр. производство	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0,025	0,01
	ИТОГО :	92,38		26,12	25,66	108,83	761,07	332,97	81,41	3,92	19,96	0,24	0,36
	Салат "Прелесть"*	12,2	60	1,01	3,25	5,93	85,5	70,34	10,1	0,35	13,22	0	0,02
	Сб.Москва №33	14,99	200/5	5,45	3,7	8,26	80	38,2	12,4	1,29	4,16	0,07	0,04
	Единый сборник№96	53,31	90	9,71	11	26,86	238,5	179,92	23,35	1,03	2,7	0,06	0,15
Сб.Москва №157	13,37	150	6,57	5,98	41,85	253,8	37,14	20	0,1	0	0,1	0,14	
Сб.Москва №447	2,21	200	0,2	0	6,5	26,8	4,5	3,80	0,73	0,4	0,03	0	
54-3гн	3,5	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	6,3	0,4	0	0,045	0,03	
Рецептура№88 пр	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0,025	0,01	
Пр. производство	101,46		26,3	24,48	116,25	795,41	381,1	87,45	4,3	20,48	0,16	0,42	
четверг	Салат "Прелесть"*	6,61	60	1,41	2,76	8,4	60,1	62,9	7,78	1,1	9,03	0,03	0,07
	Сб.Москва №76	11,7	200	1,19	3,93	14,87	97,8	38,7	11,34	0,46	7,9	0,12	0,03
	Сб.Москва №98	68,47	100	13,3	14,6	15,4	191,2	126,4	29,1	1,6	0,14	0,04	0,1
	Ед. сборник №364	13,83	150	4,42	4,25	30,45	187,1	19,5	14,25	0,3	0	0,02	0,04
	54-5г	5,35	180	0	0	15	60	84	0	0,2	2,7	0	0,05
	Сб.Москва №482	3,5	45	2,19	0,38	14,4	68,01	9	1,8	0,4	0	0,045	0,03
	Рецептура№88 пр	1,88	25	1,17	0,17	12,45	42,8	42	11,5	0,4	0	0,025	0,01
	Пр. производство	111,34		23,68	26,09	110,97	707,01	382,5	75,77	4,26	19,77	0,21	0,36
	ИТОГО ЗА НЕДЕЛЮ:	512,00		126,33	128,37	559,8	3773,4	1810,3	408,15	19,91	98,35	1,08	1,95
	Средняя в день	102,40		25,266	25,674	111,96	754,69	362,07	81,63	3,98	19,67	0,22	0,39