



МЕНЮ ОБЗ 1-4 класс (1 неделя) Осень-Зима

09.11.2022
ЗАВТРАК 3

| Прием пищи, наименование блюда | масса порции, г. | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Цена, руб |
|----------------------------------|------------------|---------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Запеканка из творога со сметаной | 135/15 | 20,25 | 17,96 | 18,50 | 322,65 | 50,67 |
| Батон | 25 | 6,536 | 4,4 | 19,35 | 130,14 | 1,97 |
| Чай с сахаром, с лимоном | 200/7/1 5 | 0,20 | 0 | 15,20 | 60,0 | 4,65 |
| Итого | 397 | 26,986 | 22,36 | 53,05 | 512,79 | 57,29 |

ОБЕД 3

| Прием пищи, наименование блюда | масса порции, г. | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Цена, руб |
|---------------------------------------------|------------------|---------------------|--------------|----------------|-------------------------------|--------------|
| | | белки | жиры | углеводы | | |
| Суп картофельный с рисом на курином бульоне | 250/20 | 2,5 | 3,00 | 18,30 | 113,00 | 20,10 |
| Капуста тушеная | 150 | 5,8 | 5,7 | 34 | 210,0 | 15,43 |
| Котлета из куриного филе | 100 | 12,78 | 15,0 | 6,66 | 241,0 | 35,51 |
| Чай с сахаром, с лимоном | 200/7/1 5 | 0,20 | 0 | 15,20 | 60,0 | 4,65 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 4,0 | 0,6 | 21,0 | 101,0 | 1,58 |
| Хлеб ржаной | 20 | 2,0 | 0,1 | 10,0 | 58,5 | 1,01 |
| Итого | 757 | 27,28 | 35,72 | 128,192 | 783,5 | 78,28 |

Итого за день
Завтраков 68,10 руб _____
Обедов 68,10 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ерсенко

