



МЕНЮ 1-4 классы (1 неделя) Осень-Зима

«11» октября 2022г

ЗАВТРАК 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,060	3,54	22,8	4,95
Плов из куриного филе	200	15,2	13,0	36,2	333	45,89
Масло сливочное натуральное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/1 5	0,2	0	15,20	60	4,65
Итого	517	19,056	21,96	69,49	562,94	64,01

ОБЕД 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,060	3,54	22,8	4,95
Суп с макаронами на курином бульоне	250/20	2,9	2,5	21,00	120,00	19,40
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,7	7,8	42,6	279	15,62
Тефтели из говядины с соусом, овощами	100	8,64	7,65	7,65	135,9	43,99
Компот из сухофруктов с вит. «С»	200	0,6	0	31,4	124	6,29
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,	58,5	1,01
Итого	845	24,84	18,55	123,65	759,9	93,37

Итого за день

Завтраков 67,10 руб _____

Обедов 91,10 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко

