

**МЕНЮ 1-4 классы (1 неделя) Весна - Лето
«12» апреля 2023г**

ЗАВТРАК 3

| Прием пищи, наименование блюда | масса порции, г. | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Цена,руб |
|---------------------------------|------------------|---------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|
| | | белки | жиры | углев. | | |
| Запеканка творожная со сметаной | 135/15 | 20,25 | 17,96 | 18,5 | 322,65 | 27,27 |
| Какао с молоком | 200 | 4,62 | 4,02 | 43,8 | 177,56 | 11,04 |
| Батон | 25 | 2,736 | 0,6 | 14,49 | 70,14 | 2,20 |
| Сыр твердый | 15 | 3,8 | 3,8 | 4,9 | 60,00 | 4,54 |
| Масло сливочное | 10 | 0,08 | 8,3 | 0,06 | 77,0 | 3,75 |
| Сок витаминизированный | 200 | 0,32 | 0,0 | 32,86 | 132,6 | 19,00 |
| Итого | 600 | 31,806 | 34,68 | 114,61 | 839,95 | 67,80 |

ОБЕД 3

| Прием пищи, наименование блюда | масса порции, г. | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Цена,руб |
|---|------------------|---------------------|-------------|--------------|-------------------------------|--------------|
| | | белки | жиры | углевод | | |
| Икра кабачковая | 60 | 0,90 | 2,6 | 4,3 | 45,0 | 7,04 |
| Суп картофельный с рисом на курином бульоне | 250/10 | 2,5 | 3,00 | 18,3 | 113,0 | 12,91 |
| Капуста тушеная | 150 | 5,8 | 5,7 | 34 | 210,0 | 13,15 |
| Котлета из птицы | 90 | 12,78 | 15,0 | 6,66 | 241,0 | 24,41 |
| Чай с сахаром, с лимоном | 200/7/1 5 | 0,2 | 0 | 15,2 | 60,0 | 4,69 |
| Хлеб йодированный | 40 | 2,0 | 0,5 | 11,0 | 42,5 | 2,20 |
| Хлеб ржаной | 20 | 2,0 | 0,1 | 10,0 | 58,5 | 1,10 |
| Итого | 842 | 26,18 | 26,9 | 99,46 | 770,0 | 65,70 |

