



МЕНЮ 1-4 классы (1 неделя) Осень-Зима

«13» октября 2022г

ЗАВТРАК 4

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
Каша гречневая с маслом сливочным	150/10	8,7	7,8	42,6	279	15,62
Гуляш из куриного филе	100	2,6	2,4	58,49	240	51,70
Какао с молоком	200	0,2	2,6	15	190	12,50
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Итого	545	15,076	13,46	134,12	801,94	86,74

ОБЕД 4

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
Рассольник на курином бульоне со сметаной	200/20/ 10	3,0	4,5	20,1	135,0	23,14
Биточки из говядины	100	14,31	12,96	14,4	234,9	48,57
Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	150/10	6,60	7,5	38,40	327,50	10,37
Компот из сухофруктов с вит. «С»	200	0,60	0	31,40	124,00	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	745	28,51	25,26	125,3	922,4	96,44

Итого за день

Завтраков 67,10 руб _____

Обедов 91,10 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко

