



МЕНЮ 1-4 классы (2 неделя) осень-зима

«15» декабря 2022г

ЗАВТРАК 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Огурец квашенный	60	0,257	0	0,793	12,6	8,64
Плов из куриного филе	200	15,2	13,0	36,2	333	44,32
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	3,60
Батон	30	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/1 5	0,2	0	15,2	60	4,65
Итого	517	19,056	21,96	69,49	562,94	63,18

ОБЕД 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Свекла отварная	60	0,257	0	0,79	12,6	3,67
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/20/10	2,0	5,2	13,10	106	23,76
Рис отварной с маслом	150/10	3,75	6,15	38,55	228,0	7,54
Рыба тушеная с овощами	100	18,72	15,9	8,96	159,8	24,11
Компот из сухофруктов с витамином С	200	0,6	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	10,0	58,5	1,01
Фрукты свежие	260	0,6	0,6	13,4	174	33,80
Итого	1060	30,11	27,91	135,55	840,6	102,29

Итого за день

Завтраков 67,10руб _____

Обедов 91,10 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко

