



МЕНЮ ОБЗ 5-11 классы (2 неделя)

осень-зима

05 сентября 2022

ЗАВТРАК 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углевод ы		
Макаронник с мясом	200	5,51	5,1	20,5	157	55,03
Батон	25	2,736	0,216	18,83	83,88	1,97
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0	0	15,2	60	4,65
Итого	447	8,246	5,216	24,53	300,88	61,65

ОБЕД 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, ру б
		белки	жиры	углеводы		
Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250/15	2,5	3,0	18,3	113,0	15,22
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/10	8,7	7,8	42,6	279,0	15,62
Куриное филе припущенное на пару	50	32,13	20,41	3,996	302,4	24,51
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60,0	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	727	45,53	31,71	91,096	796,9	62,11

Итого за день

Завтраков 56,00 руб _____

Обедов 56,00 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко

