



## МЕНЮ ОБЗ 5-11 классы (2 неделя)

**осень-зима**

### ЗАВТРАК 3

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	0,06	3,54	22,8	4,95
Пюре картофельное	150	2,2	5,8	18,9	134	15,23
Рыба тушеная в томате с овощами	70	18,72	15,9	8,96	159,8	14,04
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60	4,65
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
<b>Итого</b>	<b>577</b>	<b>24,776</b>	<b>30,66</b>	<b>61,15</b>	<b>523,74</b>	<b>47,39</b>

### ОБЕД 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250/15	2,9	2,5	21,00	120,0	14,53
Капуста тушеная	150	5,8	5,7	34	210,0	15,25
Биточки мясные	60	14,31	12,96	14,41	234,9	23,76
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
<b>Итого</b>	<b>737</b>	<b>25,21</b>	<b>21,66</b>	<b>95,61</b>	<b>667,4</b>	<b>60,30</b>

**Итого за день**

**Завтраков 56,00 руб** \_\_\_\_\_

**Обедов 56,00 руб.** \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_ А.С. Ересенко

