



## МЕНЮ ОБЗ 1-4 классы (2 неделя)

осень-зима

08 сентября 2022

### 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	0,06	3,54	22,8	4,95
Плов из куриного филе	200	15,2	13,0	36,2	333	45,23
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
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
<b>Итого</b>	<b>517</b>	<b>19,056</b>	<b>21,96</b>	<b>69,49</b>	<b>562,94</b>	<b>63,35</b>

### ОБЕД 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Суп гороховый	250	6,2	5,6	22,3	167,00	9,93
Рис отварной с маслом	150/10	3,75	6,15	38,55	228,0	11,57
Рыба тушеная с овощами	70	18,72	15,9	8,96	159,8	14,04
Компот изб 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
<b>Итого</b>	<b>830</b>	<b>34,11</b>	<b>28,31</b>	<b>125,75</b>	<b>802,06</b>	<b>43,94</b>

**Итого за день**

**Завтраков 56,00 руб** \_\_\_\_\_

**Обедов 56,00 руб.** \_\_\_\_\_

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

