



МЕНЮ 1-4 классы (1 неделя) Осень — Зима

28 сентября 2022 года

ЗАВТРАК 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углевод ы		
Запеканка творожная со сметаной	135/15	20,25	17,96	18,5	322,65	50,67
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/1 5	0,2	0	15,2	60	4,65
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Итого	407	23,266	26,86	48,25	529,79	63,84

ОБЕД 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углевод ы		
Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250/15	2,5	3,00	18,3	113	15,22
Капуста тушеная	150	5,8	5,7	34	210	15,25
Котлета из куриного филе	60	12,78	15,0	6,66	241	18,26
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/1 5	0,2	0	15,2	60	4,635
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	797	25,28	24,3	95,16	789,0	56,50

