



МЕНЮ 1-4 классы (2 неделя) осень-зима

«03» октября 2022г

ЗАВТРАК 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углевод ы		
Макаронник	200	5,51	5,1	20,5	157	55,03
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Нарезка из свежих овощей	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
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	517	9,166	13,676	58,13	400,68	73,15

ОБЕД 1

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250/20	2,5	3,0	18,3	113,0	20,10
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150/10	8,7	7,8	42,6	279,0	15,62
Куриное филе припущенное на пару	100	32,13	20,41	3,996	302,4	49,47
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
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,01
Итого	867	48,37	31,87	104,636	878,2	97,9

Итого за день

Завтраков **67,10руб** _____

Обедов **91,10 руб.** _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко

