



## МЕНЮ 1-4 классы (2 неделя) осень-зима

«01» декабря 2022г

### ЗАВТРАК 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Огурец квашенный	60	0,257	0	0,793	12,6	8,64
Плов из куриного филе	200	15,2	13,0	36,2	333	44,32
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	3,60
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>63,18</b>

### ОБЕД 4

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Свекла отварная	60	0,257	0	0,79	12,6	3,67
Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	250/20/10	2,0	5,2	13,10	106	23,76
Рис отварной с маслом	150/10	3,75	6,15	38,55	228,0	7,54
Рыба тушеная с овощами	100	18,72	15,9	8,96	159,8	24,11
Компот из 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
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,01
Фрукты свежие	260	0,6	0,6	13,4	174	33,80
<b>Итого</b>	<b>1060</b>	<b>30,11</b>	<b>27,91</b>	<b>135,55</b>	<b>840,6</b>	<b>102,29</b>

**Итого за день**

**Завтраков 67,10руб** \_\_\_\_\_

**Обедов 91,10 руб.** \_\_\_\_\_

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

