

МЕНЮ 1-4 классы (2 неделя) Весна - Лето

«4» апреля 2023г

ЗАВТРАК 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша жидкая молочная овсяная с маслом, с сахаром	200/10/15	7	13,00	33,00	287,5	11,31
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	3,75
Кофейный напиток на молоке	200	3,8	3,4	25,5	155,2	10,75
Булочка с изюмом	100/20	3,42	0,27	23,54	95,37	19,70
Сыр твердый	15	3,8	3,8	4,9	60,0	4,54
Фрукты свежие	180	0,6	0,6	13,4	174,0	12,60
Итого	750	18,7	29,37	100,4	849,07	62,65

ОБЕД 2

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	13,80
Рассольник на курином бульоне со сметаной	250/15/10	3,0	4,5	20,1	135,0	16,80
Котлета из птицы	90	12,78	15,0	6,66	241	24,41
Макароны отварные	150/10	5,652	4,461	21,0	207,08	6,50
Компот из сухофруктов с вит «С»	200	0,6	0	31,5	124	6,29
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,20
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,10
Итого	845	26,872	24,621	103,8	830,88	71,10

