



МЕНЮ 1-4 классы (2 неделя) осень-зима

«18» октября 2022г

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	287,50	13,91
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Сыр твердый	15	3,8	3,8	4,9	60,0	8,8
Кофейный напиток на молоке	200	3,8	3,4	25,5	155,2	11,72
Булочка с изюмом	80/10	3,42	0,27	23,54	95,37	16,54
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	13,4	174	10,5
Итого	647	14,416	26,3	81,01	728,64	68,02

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	4,95
Рассольник на курином бульоне со сметаной	250/20/10	3,0	4,5	20,1	135,0	23,14
Котлета из куриного филе	100	12,78	15,0	6,66	241	35,51
Макаронь отварные	150/10	5,652	4,461	21,0	207,08	11,32
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	2,11
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,	58,5	1,01
Итого	815	26,872	24,621	103,7	830,88	84,33

Итого за день

Завтраков 67,10руб _____

Обедов 91,10 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ерсенко

