

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

«28» апреля 2023г

ЗАВТРАК 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша молочная рисовая с маслом, сахаром	200/10	18,28	4,5	5,5	150,0	11,88
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	2,20
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	3,75
Яйцо отварное	40	15,11	8,54	96,12	62,8	9,2
Сыр	15	3,8	3,8	4,9	60	4,54
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,20	60	4,69
Фрукты свежие	260	0,6	0,6	13,4	174	32,76
Итого	782	40,206	25,74	136,27	479,94	69,02

ОБЕД 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическа я ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	30	0,84	0,06	3,54	22,8	6,90
Суп картофельный с рисовой крупой на курином бульоне	250/15	2,5	3,00	18,3	113,0	15,23
Тефтели мясные с соусом (60/30)	90	8,64	7,65	7,65	135,9	24,46
Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	150/10	6,6	7,5	38,40	327,50	5,95
Компот из свежемороженных ягод	200	0,31	0	35	143,0	10,98
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	830	22,307	18,75	121,143	833,0	66,82

