



МЕНЮ ОБЗ 5-11 классы (2 неделя)

осень-зима

07 сентября 2022

ЗАВТРАК 3

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
Пюре картофельное	150	2,2	5,8	18,9	134	15,23
Рыба тушеная в томате с овощами	70	18,72	15,9	8,96	159,8	14,04
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60	4,65
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Итого	577	24,776	30,66	61,15	523,74	47,39

ОБЕД 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	250/15	2,9	2,5	21,00	120,0	14,53
Капуста тушеная	150	5,8	5,7	34	210,0	15,25
Биточки мясные	60	14,31	12,96	14,41	234,9	23,76
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60	4,65
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Итого	737	25,21	21,66	95,61	667,4	60,30

Итого за день

Завтраков 56,00 руб. _____

Обедов 56,00 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко