



МЕНЮ ОБЗ 5 - 11 класс (1 неделя) Осень-Зима

11.10.2022

ЗАВТРАК 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Плов из куриного филе	200	15,2	13,0	36,2	333	45,89
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	25	6,536	4,4	19,35	130,14	1,97
Чай с лимоном, с сахаром	200/7/1 5	0,2	0,00	15,20	60,0	4,65
Итого	457	22,016	25,7	70,81	600,14	59,06

ОБЕД 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Суп с макаронами на курином бульоне	250/20	2,9	2,50	21,00	120,00	19,40
Каша гречневая с маслом	150/10	8,7	7,8	42,6	279,0	15,62
Тефтели мясные с соусом	100	8,64	7,65	7,65	135,9	36,12
Чай с лимоном, с сахаром	200/7/15 5	0,2	0,00	15,20	60,0	4,65
Хлеб пшеничный	30	4,0	0,6	21,0	101	1,58
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,01
Итого	777	24,44	18,55	107,45	695,9	78,38

Итого за день

Завтраков 68,10 руб _____

Обедов 68,10 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко

