



## МЕНЮ ОБЗ 5-11 классы (2 неделя)

**осень-зима**

### 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        |
| Яйцо отварное                                    | 40               | 15,11               | 8,54         | 69,12         | 62,8                          | 9,2          |
| 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         |
| Чай с сахаром, с лимоном                         | 200/7/15         | 0,2                 | 0            | 15,2          | 60,0                          | 4,65         |
| Фрукты свежие                                    | 150              | 0,6                 | 0,6          | 13,4          | 174                           | 10,5         |
| <b>Итого</b>                                     | <b>672</b>       | <b>25,726</b>       | <b>31,04</b> | <b>145,27</b> | <b>731,04</b>                 | <b>46,78</b> |

### ОБЕД 2

| Прием пищи, наименование блюда            | масса порции, г. | Пищевые вещества, г |               |              | Энергетическая ценность, ккал | Цена, руб    |
|---|------------------|---------------------|---------------|--------------|-------------------------------|--------------|
|   |                  | белки               | жиры          | углеводы     |                               |              |
| Рассольник на курином бульоне со сметаной | 250/15/10        | 3,0                 | 4,5           | 20,1         | 135,0                         | 16,69        |
| Котлета из куриного филе                  | 60               | 12,78               | 15,0          | 6,66         | 241                           | 18,26        |
| Макароны отварные                         | 150/10           | 5,652               | 4,461         | 21,0         | 207,08                        | 11,32        |
| Чай с сахаром, с лимоном                  | 200/7/15         | 0,2                 | 0             | 15,2         | 60,0                          | 4,65         |
| Хлеб йодированный                         | 40               | 2,0                 | 0,5           | 11,0         | 42,5                          | 2,11         |
| <b>Итого</b>                              | <b>757</b>       | <b>23,632</b>       | <b>24,461</b> | <b>73,96</b> | <b>685,58</b>                 | <b>53,03</b> |

**Итого за день**

**Завтраков 56,00 руб** \_\_\_\_\_

**Обедов 56,00руб.** \_\_\_\_\_

Заведующий производством \_\_\_\_\_ А.С. Ересенко

