



МЕНЮ 1-4 классы (2 неделя) осень-зима

«21» октября 2022г

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	250/10	18,28	4,5	5,5	150,0	19,27
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Яйцо отварное	40	15,11	8,54	96,12	62,8	9,2
Сыр	15	3,8	3,8	4,9	60	8,8
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,20	60	4,65
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	13,4	174	10,5
Итого	722	40,806	26,34	149,63	653,94	60,94

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)	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
Суп картофельный с рисовой крупой на курином бульоне	250/20	2,5	3,00	18,3	113,0	20,10
Тефтели из говядины с соусом	100	8,64	7,65	7,65	135,9	43,69
Каша рассыпчатая пшеничная с маслом	150/10	6,6	7,5	38,40	327,50	10,37
Компот из свежемороженных ягод	200	0,31	0	35	143,0	10,98
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,01
Итого	845	22,89	18,81	123,89	843,2	93,21

Итого за день

Завтраков 67,10руб _____

Обедов 91,10 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ерсенко

