



МЕНЮ 1-4 классы (1 неделя) Осень - Зима

«26» октября 2022г

ЗАВТРАК 3

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Запеканка творожная со сметаной	135/15	20,25	17,96	18,5	322,65	50,67
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/1 5	0,2	0	15,2	60	4,65
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
Итого	407	23,266	26,86	48,25	529,79	63,84

ОБЕД 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
Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250/20	2,5	3,00	18,3	113	20,10
Капуста тушеная	150	5,8	5,7	34	210	15,43
Котлета из куриного филе	100	12,78	15,0	6,66	241	35,51
Компот из сухофруктов с вит. «С»	200	0,6	0	31,4	124	6,29
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,	58,5	1,01
Итого	840	26,52	24,36	114,9	811,8	85,40

Итого за день

Завтраков 67,10 руб _____

Обедов 91,10 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко



