

Утверждено директор

Кудрявцева С.В



МЕНЮ НА 8 октября 2024 г

Прием пищи наименование блюда	6-10 лет					цена	11-18 лет					цена
	Масса порции г.	пищевые вещества			Энергетическая ценность		Масса порции г.	пищевые вещества			Энергетическая ценность	
		Б	Ж	У				Б	Ж	У		
Завтрак												
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,6	8,00	100	0,7	0,1	1,9	16	10,00
Жаркое по-домашнему	200	22,54	17,33	22,13	334,08	29,00	250	25,01	19,09	25,14	379,61	32,00
Кисель	200	1,36	0,00	29,02	116,19	8,00	200	1,36	0,0	29,02	116,19	8,00
Хлеб ржаной	20	1,12	0,24	9,88	38,00	3,50	25	1,4	0,3	12,35	47,5	3,50
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,46	69,89	3,00	40	3,04	0,32	19,28	93,18	4,00
Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94	11,00	200	5,8	5	8	112,24	11,00
Итого за завтрак		28,52	18,67	96,23	661,76	62,5		32,91	21,21	107,3	746,48	68,5
Обед												
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,60	8,00	100	0,7	,07	1,9	16	10,00
Суп картофельный с макар.изделиями	250	3,75	3,29	16,84	111,94	18,00	300	4,5	3,95	20,21	134,33	18,00
Рыба тушёная в сметанном соусе	120	13,19	11,53	4,8	175,75	20,00	150	15,42	13,47	5,61	205,32	23,00
Рис отварной	150	3,88	5,08	40,27	225,17	14,00	180	3,88	5,08	40,27	225,17	17,00
Компот из яблок с лимоном	200	0,48	0,25	26,81	110,96	16,00	200	0,48	0,25	26,81	110,96	19,00
Кисломолочный продукт	180	5,80	5,00	8,0	112,24	18,00	180	5,8	5,0	8,0	112,24	18,00
Хлеб ржаной	25	1,4	0,3	12,35	47,50	5,00	35	1,96	0,42	17,29	66,5	6,00
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	21,69	104,84	4,50	60	4,56	0,48	28,29	139,79	6,00
Итого за обед		32,11	25,87	130,44	891,11	87,5		37,07	28,75	147,6	1003,42	98,00
Итого за день		60,63	44,54	226,67	1552,87	150,00		69,98	49,96	254,8	1749,9	166,5

Шеф повар *Маш* Малышева О.В.





Galaxy A52