

Утверждено директором

Кудрявцева С.В.

Меню на 13 октября 2023



| Прием пищи наименование блюда | 6-10 лет | | | | | цена | 11-18 лет | | | | | цена |
|-------------------------------------|-------------------------------|------------------|-------|--------|--|--------|-------------------------------|------------------|-------|-------|--|--------|
| | Мас са пор ции г. | пищевые вещества | | | Энерг ети ческа я ценно сть | | Мас са пор ции г. | пищевые вещества | | | Энерг ети ческа я ценно сть | |
| | | Б | Ж | У | | | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Икра кабачковая | 60 | 1,14 | 3,79 | 6,81 | 59,79 | 8,00 | 100 | 1,14 | 3,79 | 6,81 | 59,79 | 10,00 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,73 | 5,43 | 45,00 | 263,8 | 13,00 | 180 | 10,47 | 6,52 | 54 | 316,56 | 16,00 |
| Тефтели из говядины с соусом | 100 | 12,63 | 13,54 | 9,16 | 208,6 | 22,00 | 120 | 10,44 | 15,47 | 10,76 | 223,6 | 25,00 |
| Сок | 200 | 1,0 | 0,2 | 0,00 | 36,0 | 7,00 | 200 | 1,0 | 0,2 | 0,00 | 36,0 | 7,00 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,46 | 69,89 | 3,00 | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,28 | 93,18 | 4,00 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,24 | 9,88 | 38,00 | 3,50 | 25 | 1,4 | 0,3 | 12,35 | 47,5 | 4,25 |
| Итого за завтрак | | 26,9 | 23,44 | 85,31 | 676,08 | 56,5 | | 27,49 | 26,6 | 103,2 | 776,63 | 66,25 |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Овощи по сезону | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 9,60 | 8,00 | 100 | 0,7 | 0,1 | 1,9 | 16 | 10,00 |
| Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,83 | 2,86 | 21,76 | 75,95 | 18,00 | 300 | 3,39 | 3,43 | 26,11 | 91,14 | 21,00 |
| Рагу из птицы | 200 | 17,57 | 22,38 | 20,8 | 352,65 | 20,00 | 250 | 21,96 | 27,97 | 26 | 440,81 | 23,00 |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,4 | 0,2 | 23,8 | 100,0 | 8,00 | 200 | 0,4 | 0,2 | 23,8 | 100,0 | 8,00 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 3,42 | 0,36 | 21,69 | 104,84 | 4,50 | 60 | 4,56 | 0,48 | 28,92 | 139,79 | 6,00 |
| Хлеб ржаной | 25 | 1,4 | 0,3 | 12,35 | 47,5 | 5,00 | 35 | 1,96 | 0,42 | 17,29 | 66,5 | 6,00 |
| Кисломолочный продукт | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 112,24 | 15,00 | 200 | 5,8 | 5,0 | 8,0 | 112,24 | 15,00 |
| Итого за обед | | 31,84 | 31,16 | 109,54 | 802,78 | 78,5 | | 38,77 | 37,6 | 132,0 | 966,48 | 89,00 |
| Итого за день | | 54,60 | 53,35 | 194,85 | 1478,86 | 135,00 | | 66,26 | 64,2 | 235,2 | 1743,11 | 155,25 |

Шеф повар  Малышева О.В.



