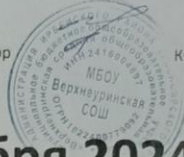


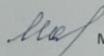
Утверждено директором

Кудрявцева С.В.



Меню на 14 ноября 2024

| 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 | | | | | | | | | | | | |
| Овощи по сезону | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 9,6 | 5,00 | 100 | 0,7 | 0,1 | 1,9 | 16 | 9,00 |
| Рыба, запеченная с картофелем по-русски | 200 | 15,85 | 6,81 | 22,03 | 212,38 | 23,00 | 250 | 19,81 | 8,51 | 27,53 | 265,47 | 29,00 |
| Напиток из шиповника | 200 | 0,4 | 0,2 | 23,8 | 100,00 | 8,00 | 200 | 0,4 | 0,2 | 23,8 | 100 | 8,00 |
| Кисломолочный продукт | 180 | 5,60 | 6,38 | 8,18 | 112,24 | 18,00 | 180 | 5,6 | 6,38 | 8,18 | 112,24 | 18,00 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,12 | 0,24 | 9,88 | 38,00 | 3,50 | 25 | 1,4 | 0,3 | 12,35 | 47,5 | 4,25 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,46 | 69,89 | 3,00 | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,28 | 93,18 | 4,00 |
| Итого за завтрак | | 25,67 | 13,93 | 79,49 | 542,11 | 60,5 | | 30,95 | 15,81 | 93,04 | 634,39 | 72,25 |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Суп лапша домашняя | 250 | 2,45 | 4,89 | 13,91 | 109,38 | 18,00 | 300 | 2,94 | 4,89 | 16,7 | 131,26 | 21,00 |
| Птица отварная | 90 | 18,22 | 18,22 | 0,97 | 242,68 | 18,00 | 100 | 26,02 | 26,02 | 1,38 | 346,68 | 21,00 |
| Капуста тушеная | 180 | 5,23 | 6,44 | 26,83 | 173,88 | 11,00 | 200 | 4,72 | 5,81 | 24,2 | 156,89 | 14,00 |
| 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 |
| 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 |
| Итого за обед | | 31,20 | 30,46 | 102,56 | 789,24 | 72,50 | | 40,68 | 37,87 | 115,3 | 952,08 | 87,00 |
| Итого за день | | 56,87 | 44,39 | 182,05 | 1331,35 | 133,00 | | 71,63 | 69,49 | 208,34 | 1586,47 | 159,25 |

Шеф повар  Малышева О.В.



