

Утверждено директором

Кудрявцева С.В.



Меню на 19 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												
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	200	5,60	6,38	8,18	112,24	18,00	200	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 и апельсин	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.



