

Утверждено директором

Кудрявцева С.В.

# Меню на 31 января 2024

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		
<b>Завтрак</b>												
сырники из творога, запеченные	200	29,22	10,5	29,09	341,37	15,00	250	44	12,5	35,5	570,0	18,5
Соус фруктовый из кураги	30	2,13	1,50	16,56	88,50	5,00	40	2,83	2	22,02	117,7	6,5
Масло сливочное порциями	10	0,1	7,20	0,1	57,00	14,00	10	0,1	7,20	0,1	57,00	14,00
Кофейный напиток с молоком	200	1,4	1,6	17,35	89,32	4,00	200	1,4	1,6	17,35	89,32	4,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,46	69,89	3,00	40	3,04	0,32	19,28	93,18	4,00
Кондитерские изделия	30	1,92	5,0	20,58	135,0	8,00	40	2,56	6,72	20,58	180,68	10,00
Кисломолочный продукт	180	5,80	5,00	8,0	112,24	15,00	180	5,8	5,0	8,0	112,24	15,00
<b>Итого за завтрак</b>		<b>43,51</b>	<b>27,15</b>	<b>127,52</b>	<b>928,8</b>	<b>65,5</b>		<b>60,67</b>	<b>27,29</b>	<b>146,68</b>	<b>1265,1</b>	<b>74,25</b>
<b>Обед</b>												
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,60	18,00	300	2,94	4,89	16,7	131,26	21,00
Суп из овощей	250	1,93	5,86	12,59	115,24	18,00	100	26,02	26,02	1,38	346,68	21,00
Курица отварная	90	6,62	16,04	1,57	179,72	15,00	200	4,72	5,81	24,2	156,89	18,00
Макароны отварные	150	5,52	5,29	35,32	211,09	9,00	200	0,48	0,25	26,81	110,96	9,00
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	21,69	104,84	4,50	200	0,33	0	22,66	91,98	6,00
Хлеб ржаной	25	1,4	0,3	12,35	47,5	5,00	60	4,56	0,48	28,92	139,79	6,00
сок	200	1,00	0,2	0,00	36,00	12,00	35	1,96	0,42	17,29	66,5	12,00
<b>Итого за обед</b>		<b>20,31</b>	<b>28,11</b>	<b>84,66</b>	<b>703,99</b>	<b>81,5</b>		<b>40,68</b>	<b>37,87</b>	<b>115,3</b>	<b>952,08</b>	<b>93,00</b>
<b>Итого за день</b>		<b>57,58</b>	<b>59,55</b>	<b>201,60</b>	<b>1636,65</b>	<b>147,00</b>		<b>101,35</b>	<b>65,16</b>	<b>261,98</b>	<b>2217,18</b>	<b>167,25</b>

Шеф повар  Малышева О.В.



Galaxy A52

