

## Меню на 30.05.2023 год

Утверждено директор



Кудрявцева С.В

# Меню на 30 мая 2023г

Прием пищи наименование блюда	6-10 лет					11-18 лет				
	Масса порции г.	пищевые вещества			Энергетическая ценность	Масса порции г.	пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>										
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,6	100	0,7	0,1	1,9	16
Макароны, запеченные с яйцом	200	9,19	16,6	29,6	304,0	230	10,58	19,09	34,04	349,6
Хлеб ржаной	20	1,12	0,24	9,88	38,00	25	1,4	0,3	12,35	47,5
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,46	69,89	40	3,04	0,32	19,28	93,18
Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	200	0,07	0,01	15,31	61,62
<b>Итого за завтрак</b>		<b>21,52</b>	<b>28,57</b>	<b>79,01</b>	<b>667,23</b>		<b>22,91</b>	<b>28,03</b>	<b>91,19</b>	<b>716,08</b>
<b>Обед</b>										
Икра кабачковая	60	0,6	2,35	3,89	39	100	0,6	2,35	3,89	39
Суп с макаронными изделиями	250	2,34	3,89	13,61	98,79	300	2,81	4,67	16,33	118,54
Рыба тушёная в томате с овощами	120	15,68	9,19	8,67	161,45	150	14,52	8,03	7,51	160
Каша пшеничная	150	9,27	5,32	36,87	231,78	180	11,12	6,38	44,24	278,14
Компот из сухофруктов	200	0,56	0,00	27,89	113,79	200	0,56	0	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	21,69	104,84	60	4,56	0,48	28,92	139,79
Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,0	112,24	200	5,8	5,0	8,0	112,24
Хлеб ржаной	25	1,4	0,3	12,35	47,5	35	1,96	0,42	17,29	66,5
<b>Итого за обед</b>		<b>33,27</b>	<b>21,41</b>	<b>124,97</b>	<b>797,15</b>		<b>36,13</b>	<b>22,33</b>	<b>146,1</b>	<b>915,76</b>
<b>Итого за день</b>		<b>52,15</b>	<b>43,56</b>	<b>203,36</b>	<b>1392,5</b>		<b>59,04</b>	<b>50,36</b>	<b>237,3</b>	<b>1631,84</b>

Шеф повар

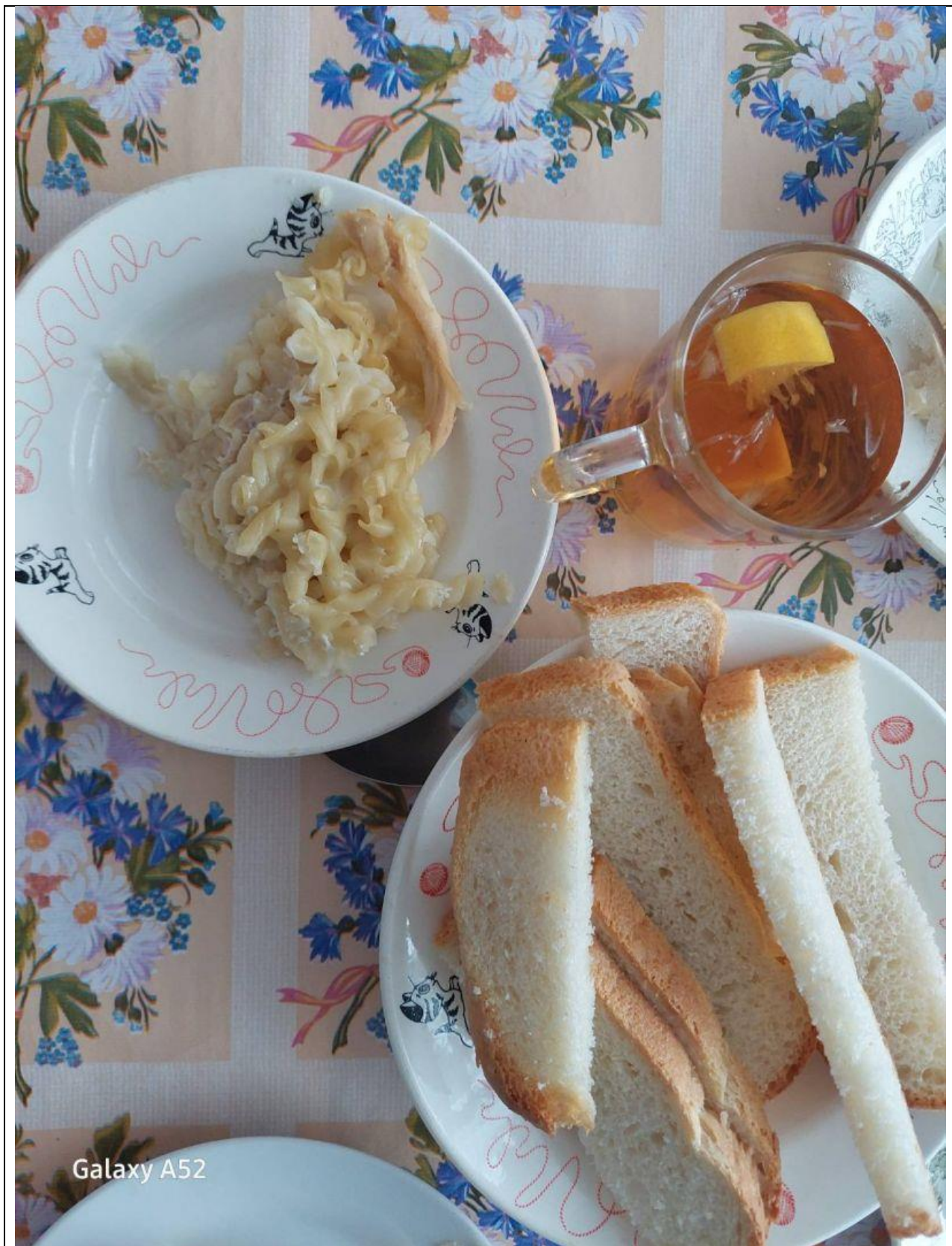


Малышева О.В.

Galaxy A52



Galaxy A52



Galaxy A52