


Утверждено директор

Кудрявцева С.В.



МЕНЮ НА 16 января 2024г

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	8,00	100	0,7	0,1	1,9	16	10,00
Жаркое по-домашнему	200	22,54	17,33	22,13	334,08	29,00	250	25,61	19,69	25,14	379,61	32,00
Кисель	200	1,36	0,00	29,02	116,19	8,00	200	1,36	0,0	29,02	116,19	8,00
Хлеб ржаной	20	1,12	0,24	9,88	38,00	3,50	25	1,4	0,3	12,35	47,5	3,50
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,46	69,89	3,00	40	3,04	0,32	19,28	93,18	4,00
Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	94	11,00	200	5,8	5	8	112,24	11,00
Итого за завтрак		28,52	18,67	96,23	661,76	62,5		32,91	21,21	107,3	746,48	68,5
Обед												
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,60	8,00	100	0,7	,07	1,9	16	10,00
Суп картофельный с макар.изделиями	250	3,75	3,29	16,84	111,94	18,00	300	4,5	3,95	20,21	134,33	18,00
Рыба тушёная в сметанном соусе	120	13,19	11,53	4,8	175,75	20,00	150	15,42	13,47	5,61	205,32	23,00
Рис отварной	150	3,88	5,08	40,27	225,17	14,00	180	3,88	5,08	40,27	225,17	17,00
Кисломолочный продукт	200	5,80	5,00	8,0	112,24	18,00	200	5,8	5,0	8,0	112,24	18,00
Хлеб ржаной	25	1,4	0,3	12,35	47,50	5,00	35	1,96	0,42	17,29	66,5	6,00
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	21,69	104,84	4,50	60	4,56	0,48	28,29	139,79	6,00
Итого за обед		32,11	25,87	130,44	891,11	87,5		37,07	28,75	147,6	1003,42	98,00
Итого за день		60,63	44,54	226,67	1552,87	150,00		69,98	49,96	254,8	1749,9	166,5

Шеф повар  Малышева О.В.

