

Кудрявцева С.В.

Меню на 27 ноября 2023г

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												
Каша молочная с маслом	200	6,20	8,05	31,09	244,02	15,00	250	7,75	10,05	38,86	277,52	18,5
Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,3	62,80	7,00	40	5,1	4,6	0,3	62,8	7,00
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
Какао с молоком	200	8,7	3,93	25,95	153,92	7,00	200	8,7	3,93	25,95	153,92	7,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,46	69,89	3,00	40	3,04	0,32	19,28	93,18	4,00
Хлеб ржаной	20	1,12	0,24	9,88	38,0	3,50	25	1,4	0,3	12,35	47,5	5,25
Фрукты	100	0,8	0,8	19,6	94	11,00	100	0,8	0,8	19,6	94	11,00
Итого за завтрак		19,3	25,06	101,38	719,63	60,5		21,89	27,75	116,44	785,92	66,75
Обед												
Овощи по сезону	60	0,42	0,06	1,14	9,6	5,00	100	0,7	0,1	1,9	16	9,00
Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,09	6,33	10,64	107,83	18,00	300	2,51	7,59	12,77	129,39	23,00
Жаркое по-домашнему	200	25,92	19,93	25,45	384,19	30,00	250	25,61	19,69	25,14	379,61	35,00
Сок	200	1,0	0,2	0,0	36,0	12,00	200	1	0,2	0	36	12,00
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		34,25	27,18	71,27	689,96	74,5		36,34	28,48	86,02	767,29	91,00
Итого за день		53,55	52,44	172,65	1409,59	135,00		58,23	55,69	202,5	1553,21	157,75

LLM

Малышева О.В.



