

**МЕНЮ 1-4 классы (1 неделя) Весна - Лето
«05» мая 2023г**

ЗАВТРАК 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша молочная рисовая с маслом, с сахаром	200/10/10	18,28	4,5	5,5	150,1	11,88
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,00	3,75
Яйцо отварное	40	15,11	8,54	96,12	62,8	9,2
Сыр твердый	15	3,8	3,8	4,9	60,00	4,54
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	2,20
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0,2	0	15,2	60	4,69
Фрукты свежие	260	0,6	0,6	13,4	174	32,76
	792	40,806	26,34	149,67	654,04	69,02

ОБЕД 5

Прием пищи, наименование блюда	масса порции , г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена,руб
		белки	жиры	углеводы		
Огурец квашенный	30	0,257		0,793	12,6	4,30
Суп картофельный с горохом	250	6,2	5,6	22,3	167,00	8,67
Плов из птицы	200	15,2	13,0	36,2	330,0	44,87
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/1 5	0,2	0	15,2	60	4,69
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,20
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,0	58,5	1,10
Итого	510	25,22	19,14	89,16	612,8	65,79

