



МЕНЮ 1-4 классы (2 неделя) осень-зима

20.09.2022

ЗАВТРАК 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Каша жидкая молочная овсяная с маслом, с сахаром	200/10/15	7	13,00	33,00	287,50	13,91
Яйцо отварное	40	15,11	8,54	69,12	62,8	9,2
Масло сливочное	10	0,08	8,3	0,06	77,0	6,55
Батон	25	2,736	0,6	14,49	70,14	1,97
Сыр твердый	15	3,8	3,8	4,9	60,0	8,8
Чай с сахаром, с лимоном	200/7/15	0	0	15,2	60	4,65
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	13,4	174	10,5
Итого	687	29,526	34,84	150,13	791,44	55,58

ОБЕД 2

Прием пищи, наименование блюда	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена, руб
		белки	жиры	углеводы		
Нарезка из свежих овощей (огурец, помидор)	60	0,84	0,06	3,54	22,8	4,95
Рассольник на курином бульоне со сметаной	250/15/10	3,0	4,5	20,1	135,0	16,69
Котлета из куриного филе	60	12,78	15,0	6,66	241	18,26
Макароны отварные	150/10	5,652	4,461	21,0	207,08	11,32
Компот из сухофруктов с вит «С»	200	0,6	0	31,5	124	6,29
Хлеб йодированный	40	2,0	0,5	11,0	42,5	2,11
Хлеб ржаной	20	2,0	0,1	10,	58,5	1,01
Итого	815	26,872	24,621	103,7	830,88	60,63

Итого за день

Завтраков 61,01 руб _____

Обедов 61,01 руб. _____

Заведующий производством _____ А.С. Ересенко

