



«30. января 2023 г.»

МЕНЮ 1 неделя 1 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен. г.
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
Бутерброд с сыром	40	8,70	8,40	14,58	117,00
Каша "Здоровье" молочная с маслом сливочным	160	8,30	10,30	34,50	293,00
Чай с сахаром и лимоном	185	0,25	0,01	5,56	26,13
Чай с сахаром и лимоном	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Батон нарезной обогащенный микроэлементами	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Фрукты свежие					
Итого завтрак: 96р 90к		19,22	19,72	79,31	571,05

ОБЕД (7-11 ЛЕТ)

Салат из квашеной капусты с маслом растительным	60	0,64	2,06	3,96	48,64
Суп картофельный с бобовыми и птицей	200/10	4,93	5,98	16,40	169,00
Биточки рубленные из птицы	90	8,85	12,18	11,28	170,00
Каша гречневая рассыпчатая	150	7,72	6,40	36,98	206,00
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Батон нарезной обогащенный микроэлементами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед: 145р 30к		26,94	27,64	112,33	819,95

КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)

Салат из квашеной капусты с маслом растительным	100	1,00	3,17	5,74	56,06
Суп картофельный с бобовыми и птицей	250/10	5,64	6,74	17,35	176,15
Биточки рубленные из птицы	100	10,60	12,90	12,04	180,00
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,80	7,15	39,00	239,45
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Батон нарезной обогащенный микроэлементами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Кондитерские изделия	35	0,98	3,16	18,06	106,41
Молоко в индивидуальной упаковке 2,5% жирности	200	5,80	5,00	9,60	108,00
Итого комплексный обед: 284р 70к		38,02	39,54	155,30	1142,38

Заведующий производством