



СОГЛАСОВАНО
 Директор *У.В. Жуков*

Меню на «21» 11 2023 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Запеканка из творога	163	23,3	16,13	29,4	26,5	223\337
Чай с сахаром и лимоном	207	0,13	0,02	15,2	62	377
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	338
Кондитерские изделия	20	1,5	2,0	14,9	83,4	СРБ
Хлеб ржаной	45	2,9	0,5	15,6	78,3	СРБ
Итого за прием пищи	535	28,23	19,05	84,9	297,2	

Цена 71 рубль 46 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы отварной	60	1,1	3,6	5,0	55,7	52
Суп картофельный с крупой рисовой	200	1,6	2,1	9,7	68,6	101
Птица, тушеная в соусе	90	16,0	16,8	2,1	228,3	290\331
Макаронные изделия отварные	150	5,7	4,2	36,0	204,3	309
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32	132,8	349
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ
Хлеб ржаной	40	2,6	0,5	13,4	69,6	СРБ
Итого за прием пищи	800	32,3	27,7	128,3	901,4	

Цена 76 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Запеканка из творога	130	17,5	12,1	22,1	266,9	223\337
Чай с сахаром и лимоном	207	0,13	0,02	15,2	62	377
Кондитерские изделия	20	1,5	2,0	14,9	83,4	СРБ
Итого за прием пищи	357	19,1	14,1	52,2	412,3	

Цена 55 рублей

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы отварной	100	1,8	6,0	8,3	92,8	52
Суп картофельный с крупой рисовой	250	2,0	2,7	12,1	85,8	101
Птица, тушеная в соусе	100	16,1	17,2	2,7	236,8	290\331
Макаронные изделия отварные	180	6,6	4,3	41,8	232,1	309
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32	132,8	349
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ
Хлеб ржаной	45	3,0	0,5	15,0	78,3	СРБ
Итого за прием пищи	935	34,8	31,2	142,0	1000,7	

Цена 76 рублей