

УТВЕРЖДАЮ

ИИ Павлюк Наталия Николаевна

СОГЛАСОВАНО

Директор

Н.В. Кужвинер

Меню на «23» 11

2023 г.



Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	60	0,5	0,1	1	7,8	70/71
Омлет натуральный	116	10,9	17,4	2,3	228,2	210
Кофейный напиток с молоком	200	3,3	2,4	14	91,8	379
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	СРБ
Хлеб ржаной	20	1,3	0,25	6,7	34,8	СРБ
Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338
Итого за прием пищи	536	19,5	20,8	53,9	504,3	

Цена 71 рубль 46 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Икра кабачковая	60	1,8	8,5	7,4	114,2	СРБ
Суп картофельный с бобовыми	200	4,4	4,2	13,2	118,6	102
Тефтели рыбные	110	10,4	9,5	12,7	179,1	239\331
Пюре картофельное	150	3,4	8,3	21,6	174,3	312
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	820	27,9	31,5	130,4	930,7	

Цена 76 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	100	0,83	0,17	1,67	13	70/71
Омлет натуральный	116	10,9	17,4	2,3	228,2	210
Кофейный напиток с молоком	200	3,3	2,4	14	91,8	379
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	516	22,2	20,9	61,5	544,7	

Цена 55 рублей

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Икра кабачковая	100	3	14,2	12,3	190	СРБ
Суп картофельный с бобовыми	250	5,5	5,3	16,5	148,3	102
Тефтели рыбные	110	10,4	9,5	12,7	179,1	239\331
Пюре картофельное	180	3,9	9,2	25,1	197,7	312
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	945	31,1	39,2	143,7	1068,3	

Цена 76 рублей