

УТВЕРЖДАЮ

И.П. Павлюк Наталья Николаевна

СОГЛАСОВАНО

Директор

*И.В. Кудрявцев*



Меню на « ПЧ »

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
Макароны отварные с сыром	170	9,2	6,5	32,0	243,3	204
Бутерброды с повидлом	55	2,4	3,9	27,8	156,0	2
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376
Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338
Итого за прием пищи	585	12,6	10,9	85,6	514,1	

Цена 71 рубль 46 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	60	0,5	0,1	1,0	7,8	70/71
Борщ с капустой и картофелем	200	1,4	3,9	8,7	83,0	82
Котлеты рубленые из птицы	90	14,9	21,3	13,3	304,5	294
Каша рассыпчатая ячневая	150	4,9	4,3	32,1	186,0	171
Компот из свежих плодов	200	0,11	0,11	10,6	45,2	342
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	29,01	30,61	109,2	838,2	

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
Макароны отварные с сыром	170	9,2	6,5	32,0	243,3	204
Бутерброды с повидлом	55	2,5	3,8	28,4	157,2	2
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	376
Хлеб ржаной	20	1,4	0,22	0,12	20	СРБ
Итого за прием пищи	545	32,6	11,9	77,3	473,6	

Цена 55 рублей

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	100	0,8	0,2	1,7	13,0	70/71
Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,9	10,9	103,8	82
Котлеты рубленые из птицы	100	16,6	23,4	14,8	334,7	294
Каша рассыпчатая ячневая	180	5,7	4,3	37,0	208,5	171
Компот из свежих плодов	200	0,11	0,11	10,6	45,2	342
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	32,6	33,8	120,1	925,6	

Цена 76 рублей