

УТВЕРЖДАЮ

И.П. Павлюк Наталья Николаевна

СОГЛАСОВАНО

Директор

И.В. Кузьмина



Меню на «19»

возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8	53
Макароны отварные с сыром	170	9,2	6,5	32	243,3	204
Кондитерские изделия	20	1,5	2	16,9	93	СРБ
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84	271
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	231
Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8	41,2	СРБ
Итого за прием пищи	590	14,3	9,3	88,3	516,5	
Цена 73 рубль 71 копеек						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	60	0,48	0,06	1,02	6	53
Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,7	82	62
Плов из птицы	200	18	8,9	36,5	298,7	199
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,9	114	236
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	100	СРБ
Хлеб ржаной	45	3,6	0,68	18	92,7	СРБ
Итого за прием пищи	765	28,3	14,2	121,6	693,4	
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	80	0,64	0,08	1,36	8	53
Макароны отварные с сыром	170	9,2	6,5	32	243,3	204
Кондитерские изделия	20	1,5	2	16,9	93	СРБ
Чай с сахаром	210	0,07	0,02	10	40	261
Хлеб ржаной	30	2,4	0,45	12	61,8	СРБ
Итого за прием пищи	510	13,8	9,1	72,3	446,1	
Цена 55 рублей						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	100	0,8	0,1	1,7	10	53
Борщ с капустой и картофелем	250	1,8	4,92	10,9	102,5	62
Плов из птицы	200	18	8,9	36,5	298,7	199
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,9	114	236
Хлеб пшеничный	60	4,60	0,5	29,5	100	СРБ
Хлеб ржаной	45	3,6	0,68	18	92,7	СРБ
Итого за прием пищи	855	29	15,3	124,5	717,9	
Цена 76 рублей						