

УТВЕРЖДАЮ  
ИИ Павлюк В.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор *М.В. Чупилко*



Меню на « 30 » 11 2022 г.

возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	80	0,7	0,1	1,3	10,4	70/71
Котлеты рубленые из птицы	95	14,9	21,3	13,3	304,5	294
Рис отварной	155	3,7	5,4	36,7	219,0	304
Какао с молоком	180	3,4	2,7	22,1	126,8	382
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7	СРБ
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5	СРБ
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	338
Итого за прием пищи	675	27,9	30,4	111,7	845,9	

Цена 60 рублей 13 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	60	1,0	3,0	5,5	54,0	45
Рассольник ленинградский	200	1,6	4,1	9,6	85,8	96
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,8	5,0	3,8	105,0	229
Макаронные изделия отварные	155	5,7	4,2	36,0	204,3	309
Компот из свежих фруктов	180	0,1	0,1	9,5	40,7	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	800	25,8	17,3	109,5	710,2	

Цена 76 рублей

возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Котлеты рубленые из птицы	105	16,6	23,4	14,8	334,7	294
Овощи натуральные по сезону	80	0,7	0,1	1,3	10,4	70/71
Рис отварной	185	4,8	6,4	44,0	262,8	304
Какао с молоком	180	3,4	2,7	22,1	126,8	382
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	СРБ
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,8	СРБ
Итого за прием пищи	620	30,6	33,1	114,0	887,9	

Цена 55 рублей

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	100	1,5	5,1	9,3	89,9	45
Рассольник ленинградский	250	2,0	5,1	12,0	107,3	96
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,8	5,0	3,8	105,0	229
Макаронные изделия отварные	185	6,6	4,3	41,8	232,1	309
Компот из свежих фруктов	180	0,1	0,1	9,5	40,7	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	920	27,6	20,4	121,5	795,4	

Цена 76 рублей