



« »

2023 г

МЕНЮ 1 неделя 3 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,9	8,8	18,9	173
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/25	5,6	5,2	12,9	116
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,2	22,4	85
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,25	0	19,2	65,9
Итого завтрак: 96р 90к		15,55	15,8	83,7	492,3
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	1	7,6	7,8	73
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,8	6,2	8,9	97
БИТОЧКИ "ШКОЛЬНИК"	90	13,4	7,6	8,7	175
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,5	4,8	31,3	191
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	22	92,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2	0,3	12,7	61,2
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого обед: 145р 30к		26,8	27,4	101,7	742,3
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 ЛЕТ)					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1,6	8,7	13,9	92
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/5	3,8	7,3	9,1	123
БИТОЧКИ "ШКОЛЬНИК"	100	13,8	8,4	10,3	189
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	5,7	41,8	244
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	22	92,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2	0,3	12,7	61,2
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	0,37	0	28,8	98,85
Итого комплексный обед: 284р 70к		30,17	31,3	148,9	953,15

Заведующий производством _____