



« »

2023 г

МЕНЮ 1 неделя 1 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. Цен., г.
<u>ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)</u>					
МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	12,2	14,8	24,5	265
ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,8	0,1	9	17
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40,2
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0,8	0,4	29,6	97
Итого завтрак: 96р 90к		15,4	15,9	83,4	471,6
<u>ОБЕД (7-11 ЛЕТ)</u>					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,5	5,4	10,6	80
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,1	4,3	5,1	66
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	13	6,7	12,1	181
РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2	4	11,4	78
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ,ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,6	0,2	28,6	67
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20	6,2	3,7	25,9	123,8
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		26,9	25,2	116,7	709,4
<u>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 ЛЕТ)</u>					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1	7,2	17,2	134
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,5	5,1	7,1	84
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	13,8	8,4	15	201
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3	6	15,2	109
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,6	0,2	28,6	67
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20	6,2	3,7	25,9	123,8
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	1,2	0,6	44,4	145,5
Итого комплексный обед: 284р 70к		30,8	32,1	176,4	977,9

Заведующий производством _____