



« »

2023 г

МЕНЮ 1 неделя 4 день

| Наименование | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Уг-ды г. | Энерг. Цен., г. |
|---|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------------|
| ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ) | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 120/30 | 14 | 11,8 | 21,7 | 183 |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 10/20 | 1,1 | 0,7 | 7,5 | 122 |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 200/5 | 0,1 | 0 | 10,2 | 41,8 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. ЖИРН.2,5% | 125 | 2,5 | 3,5 | 22,9 | 158,75 |
| Итого завтрак: 96р 90к | | 19,2 | 16,6 | 72,6 | 557,95 |
| ОБЕД (7-11 ЛЕТ) | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 60 | 3 | 5,9 | 5 | 58 |
| СУП ОВОЩНОЙ | 200 | 3 | 4,2 | 10,2 | 103 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 16,2 | 15,8 | 36,7 | 364 |
| НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 180 | 0,6 | 0,2 | 28,6 | 67 |
| 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 | | 26,3 | 27 | 103,5 | 705,6 |
| КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 ЛЕТ) | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 100 | 5,5 | 9,3 | 6,7 | 88,4 |
| СУП ОВОЩНОЙ | 250 | 3,8 | 4,2 | 14,8 | 129 |
| ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 250 | 17 | 17,6 | 43,5 | 455 |
| НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 180 | 0,6 | 0,2 | 28,6 | 67 |
| 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 |
| ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. ЖИРН.2,5% | 125 | 2,5 | 3,5 | 22,9 | 158,75 |
| Итого комплексный обед: 284р 70к | | 32,9 | 35,7 | 139,5 | 1011,75 |

Заведующий производством _____