

УТВЕРЖДАЮ

ИП Павлюк Наталия Николаевна

СОГЛАСОВАНО

Директор

Меню на « 26 » апреля 2024 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	0,64	0,08	1,36	8	53	
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	10,3	3,6	3,9	89	158	
Каша рассыпчатая рисовая	150	3,6	4,2	38,4	205,5	114	
Чай с сахаром	210	0,07	0,02	10	40	261	
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	231	
Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,6	СРБ	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8	41,2	СРБ	
Итого за прием пищи	700	19,6	8,9	91,2	524,3		

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
Птица, тушеная в соусе	100	11,94	10,12	3,51	153	198/223
Макаронные изделия отварные	150	5,6	5,6	36	216	137
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	40	3,2	0,6	16	82,4	СРБ
Итого за прием пищи	810	27,4	21	122,6	753,4	

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	
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	10,3	3,6	3,9	89	158	
Каша рассыпчатая рисовая	180	4,4	5,1	46,1	246,6	114	
Чай с сахаром	210	0,07	0,02	10	40	261	
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	100	СРБ	
Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16	82,4	СРБ	
Итого за прием пищи	670	23,2	9,9	106,9	566		

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
Птица, тушеная в соусе	100	11,94	10,12	3,51	153	198/223
Макаронные изделия отварные	180	6,8	6,7	43,2	259,2	137
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	935	29,7	23,2	134,7	831,4	

Цена 76 рублей