



УТВЕРЖДАЮ

Павлюк Наталья Николаевна

ПАВЛЮК
НАТАЛИЯ
НИКОЛАЕВНА

СОГЛАСОВАНО

Директор



Меню на «21» ноябре 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
Омлет натуральный	116	11,2	21,2	2,1	241,6	144
Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	100	264
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47	231
Хлеб пшеничный	35	2,7	0,3	17,2	81,9	СРБ
Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8	41,2	СРБ
Итого за прием пищи	551	19,7	25	54,4	519,7	
Цена 73 рубль 71 копеек						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	36,24	45
Суп картофельный с горохом	200	4,4	4,22	13,22	118	78
Тефтели рыбные	110	11,1	10,5	14,1	195,2	164/223
Макаронные изделия отварные	150	5,6	5,6	36	216	137
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,1	32	132	241
Хлеб пшеничный	60	4,60	0,50	29,50	100,00	СРБ
Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,00	82,4	СРБ
Итого за прием пищи	820	30,4	23,5	144,7	879,8	
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
Омлет натуральный	116	11,2	21,2	2,1	241,6	144
Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	100	264
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	496	22,8	25,1	64,9	532	
Цена 55 рублей						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	100	1,31	3,25	6,47	60,4	45
Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,53	147,5	78
Тефтели рыбные	110	11,1	10,5	14,1	195,2	164/223
Макаронные изделия отварные	180	6,8	6,7	43,2	259,2	137
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,1	32	132	241
Хлеб пшеничный	60	4,60	0,50	29,50	100,00	СРБ
Хлеб ржаной	45	3,6	0,68	18	92,7	СРБ
Итого за прием пищи	945	33,6	27,0	159,8	987,0	
Цена 76 рублей						