

УТВЕРЖДАЮ
ИП Павлюк Наталья Николаевна

СОГЛАСОВАНО
Директор

И.В. Никитин

ПАВЛЮК
НАТАЛИЯ
НИКОЛАЕВНА

Меню на « 16 » 01

2025, 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	11,20	21,20	2,10	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	2,70	0,30	17,20	81,90	СРБ
Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,00	41,20	СРБ
Итого за прием пищи	551	19,7	25,0	54,4	519,7	

Цена 78 рубль 05 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с горохом	200	4,4	4,22	13,22	118	78
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
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,1	32	132	241
Хлеб пшеничный	50	3,83	0,42	24,58	83,30	СРБ
Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,00	61,8	СРБ
Итого за прием пищи	730	25,2	13,0	124,1	689,6	

Цена 107 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	11,20	21,20	2,10	241,6	144
Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	100	264
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	496	22,8	25,1	64,9	532,0	

Цена 77 рублей

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,27	16,53	147,5	78
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
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	835	29,1	15,3	146,0	807,8	

Цена 107 рублей