



МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

1 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Оладьи	105	8,16	10	43,53	298
Молоко сгущеное	25	1,80	2	13,88	79
Фрукт	150	0,6	1	17,4	73
Чай с лимоном	222	0,07	0	11,13	43
Итого за Завтрак	502	10,63	13	85,94	494
Обед					
Огурец соленый	30	0,24	0	0,74	4
Щи по-уральски с крупой	200	2,43	5	7,38	83
Котлета "Рыжик" с соусом	120	9,67	18	14,5	253
Рис отварной	150	3,64	4,07	38,28	205
Хлеб пшеничный	20	1,3	0	9,4	45
Хлеб ржаной	32,5	2,2	0	13,6	63
Чай с пониженным содержанием сахара	200	0,0	0	9,8	37
Итого за Обед	752,5	19,47	27	93,63	690
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Хачапури с сыром	100	14,49	14	37,52	339
Итого за Полдник	430	15,01	15	70,46	488
Итого за день	1684,5	45,11	55	250,03	1 672

Директор

Биленко В.

Зав. производством

Баруздина О.Е.



**МЕНЮ дети от 12 до 18 лет
1 день, 1 недели**

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
Завтрак					
Оладьи	140	10,89	13	58,04	391,00
Молоко сгущеное	25	1,80	2	13,88	79,35
Фрукт	150	0,6	1	17,4	73,02
Чай с лимоном	222	0,07	0	11,13	43,41
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак	537	13,36	16	100,45	586,78
Обед					
Огурец соленый	30	0,24	0	0,74	4,20
Щи по-уральски с крупой	250	3,04	6	10,00	102,80
Котлета "Рыжик" с соусом	110	9,58	17	13,8	248,68
Рис отварной	180	4,37	4,88	45,93	245,80
Хлеб пшеничный	20	1,3	0	9,4	44,78
Хлеб ржаной	65	4,3	1	27,1	125,70
Чай с пониженным содержанием сахара	215	0,0	0	9,8	37,32
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	870	22,86	29	116,77	809,28
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88,00
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61,00
Хачапури с сыром	100	14,49	14	37,52	339,00
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	430	15,01	15	70,46	488,00

Директор

Биленко В.

Зав. Производством

Баруздина О.Е.