



## МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

1 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Блинчики	150	9,3	9	53,51	332
Молоко сгущеное	25	1,80	2	13,88	79
Фрукт	150	0,60	0,6	17,40	73
Чай с лимоном	200	0,1	0,01	10,03	39
<b>Итого за Завтрак</b>	525	11,78	12	94,82	523
<b>Обед</b>					
Огурец соленый	30	0,24	0	0,74	4
Суп гороховый	200	6,10	7	19,16	162
Птица тушеная в томатном соусе с овощами 45/45гр	90	0,50	3	3,00	37
Рис отварной	150	3,80	6	40,00	228
Хлеб ржаной	32,5	2,15	0,39	13,55	63
Хлеб пшеничный	20	1,3	0	9,4	45
Чай	200	0,0	0	9,8	37
<b>Итого за Обед</b>	722,5	14	16	95,62	577
<b>Полдник</b>					
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
<b>Итого за Полдник</b>	430	15,01	15	70,46	488
<b>Итого за день</b>	1677,5	40,92	43	260,90	1 588

Директор

Биленко В.

Зав. производством

Баруздина О.Е.



## МЕНЮ дети от 12 до 18 лет 1 день, 2 недели

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Блинчики	225	11,7	10,83	66,89	410,20
Молоко сгущеное	25	1,80	2,13	13,88	79,35
Фрукт	150	0,60	0,60	17,40	73,02
Чай с лимоном	215	0,1	0,01	10,05	39,24
<b>Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак</b>	<b>615</b>	<b>14,12</b>	<b>13,57</b>	<b>108,22</b>	<b>601,81</b>
<b>Обед</b>					
Огурец соленый	30	0,24	0,03	0,74	4,20
Суп гороховый	250	7,78	8,62	23,94	199,30
Птица тушенная в томатном соусе с овощами 50/50гр	100	0,50	2,70	3,30	40,20
Рис отварной	180	4,60	6,90	48,00	273,20
Хлеб ржаной	65	4,29	0,78	27,11	125,70
Хлеб пшеничный	20	1,3	0,13	9,4	44,78
Пряники	50	3,0	2,35	38,6	183,40
Чай	200	0,0	0,00	9,8	37,32
<b>Цена комплекса 75 р. Итого за Обед</b>	<b>895</b>	<b>22</b>	<b>21,51</b>	<b>160,81</b>	<b>908,10</b>
<b>Полдник</b>					
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
<b>Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник</b>	<b>430</b>	<b>15,01</b>	<b>15</b>	<b>70,46</b>	<b>488</b>

Директор

Биленко В.

Зав. Производством

Баруздина О.Е.