



## 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>	<b>525</b>	<b>11,78</b>	<b>12</b>	<b>94,82</b>	<b>523</b>
<b>Обед</b>					
Огурец соленый	30	0,24	0	0,74	4
Суп гороховый	200	6,10	7	19,16	162
Голубцы по-Ярославски	240	15,94	21	0,00	250
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>	<b>722,5</b>	<b>26</b>	<b>28</b>	<b>52,62</b>	<b>561</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>Итого за Полдник</b>	<b>430</b>	<b>15,01</b>	<b>15</b>	<b>70,46</b>	<b>488</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1677,5</b>	<b>52,56</b>	<b>55</b>	<b>217,90</b>	<b>1 573</b>

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
Голубцы по-ярославски с мясом с соусом	280	16,46	21,70	4,14	277,58
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>33</b>	<b>33,61</b>	<b>113,65</b>	<b>872,28</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.