



МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

4 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Наггетсы куриные с соусом	100	11,05	9	2,7	134
Картофельное пюре	160	3,3	3,91	23,6	141
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,13	9,38	45
Хлеб ржаной	32,5	2,15	0	13,55	63
Чай с лимоном	200	0,6	0	10,0	39
Итого за Завтрак	512,5	18,44	13	59,17	422
Обед					
Салат из белокочанной капусты	30	0,46	2	2,80	28
Суп фасолевый	220	2,79	6	17,9	134
Плов с мясом	210	15,35	29	66,99	591
Хлеб ржаной	32,5	2,2	0,39	13,55	63
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,13	9,38	45
Чай с пониженным содержанием сахара	210	0,08	0,021	5,20	20
Итого за Обед	722,5	22,15	37	115,84	881
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	1665	55,60	66	245,5	1 790

Директор

Биленко В.

Зав. производством

Баруздина О.Е.



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет
4 день, 2 недели

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Наггетсы с соусом	130	16,45	13	2,8	192,05
Картофельное пюре	180	3,7	4,4	26,5	159,10
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,13	9,38	44,78
Хлеб ржаной	65	4,29	1	27,11	125,70
Чай с лимоном	200	0,6	0	10,0	39,10
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак	595	26,39	18	75,77	560,73
Обед					
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60	0,92	3,58	5,59	55,62
Суп фасолевый	250	3,17	6,95	20,37	152,40
Плов с мясом	220	16,08	30,40	70,18	618,60
Хлеб ржаной	65	4,30	0,78	27,10	125,70
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,13	9,38	44,78
Чай с пониженным содержанием сахара	200	0,02	0,00	9,79	37,32
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	815	25,81	41,84	142,41	1034,42
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
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	430	15,01	15	70,46	488

Директор

Биленко В.

Зав. Производством

Баруздина О.Е.