

УТВЕРЖДАЮ  
ООО НЕМАН



Исполнитель: Павел Иванович  
Павел Иванович

Меню на «10» ноября  
4

Возрастная категория 7-11 лет

| Завтрак                     | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) |      |      | Энергетическая ценность (ккал) | цена за пор руб |
|-----------------------------|------------------|----------------------|------|------|--------------------------------|-----------------|
|                             |                  | Б                    | Ж    | У    |                                |                 |
| Овощи натуральные по сезону | 60               | 0,5                  | 0,1  | 1,0  | 7,8                            | 6,00            |
| Омлет натуральный с м/сл    | 106/10           | 10,9                 | 19,6 | 2,2  | 227,2                          | 31,46           |
| Кофейный напиток с молоком  | 180              | 3,0                  | 2,2  | 24,0 | 127,9                          | 15,00           |
| Хлеб пшеничный              | 25               | 1,9                  | 0,1  | 12,6 | 59,2                           | 5,00            |
| Хлеб ржаной                 | 25               | 1,7                  | 0,3  | 10,0 | 50,3                           | 4,00            |
| Фрукты свежие               | 100              | 0,4                  | 0,4  | 9,8  | 47,0                           | 10,00           |
| Итого за завтрак:           | 506              | 18,4                 | 22,7 | 59,6 | 519,4                          |                 |

Цена 71 рублей 46 копеек

| Обед                        | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая ценность (ккал) | цена за пор руб |
|-----------------------------|------------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|-----------------|
|                             |                  | Б                    | Ж    | У     |                                |                 |
| Овощи натуральные по сезону | 30               | 0,2                  | 0    | 0,5   | 3,9                            | 8,00            |
| Суп картофельный с бобовыми | 200              | 4,6                  | 4,4  | 15,2  | 117,8                          | 15,00           |
| Тефтели рыбные              | 80/30            | 10,4                 | 9,6  | 12,9  | 181,6                          | 29,00           |
| Пюре картофельное с м/сл    | 150/5            | 3,4                  | 8,3  | 21,6  | 174,0                          | 12,00           |
| Компот из сухофруктов       | 180              | 0,4                  | 0,0  | 27,8  | 113,7                          | 5,00            |
| Хлеб пшеничный              | 60               | 4,5                  | 0,45 | 30,0  | 142,05                         | 4,00            |
| Хлеб ржаной                 | 30               | 3,0                  | 0,45 | 12,0  | 60,3                           | 3,00            |
| Итого за обед:              | 765              | 26,5                 | 23,2 | 120,0 | 793,35                         |                 |

Цена 76 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

| Завтрак                     | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) |      |      | Энергетическая ценность (ккал) | цена за пор руб |
|-----------------------------|------------------|----------------------|------|------|--------------------------------|-----------------|
|                             |                  | Б                    | Ж    | У    |                                |                 |
| Овощи натуральные по сезону | 100              | 0,7                  | 0,1  | 1,7  | 13,0                           | 6,00            |
| Омлет натуральный с м/сл    | 106/10           | 10,9                 | 19,6 | 2,2  | 227,2                          | 27,00           |
| Кофейный напиток с молоком  | 180              | 3,0                  | 2,2  | 24,0 | 127,9                          | 15,00           |
| Хлеб пшеничный              | 30               | 2,3                  | 0,2  | 15,0 | 71,0                           | 4,00            |
| Хлеб ржаной                 | 25               | 1,7                  | 0,3  | 9,9  | 50,3                           | 3,00            |
| Фрукты свежие               | 100              | 0,4                  | 0,4  | 9,8  | 47,0                           | 10,00           |
| Итого за завтрак:           | 551              | 19,0                 | 22,8 | 62,6 | 563,4                          |                 |

Цена 55 рублей

| Обед                        | Масса п-ции, гр | Пищевые вещества (г) |      |        | Энергетическая ценность (ккал) | цена за пор руб |
|-----------------------------|-----------------|----------------------|------|--------|--------------------------------|-----------------|
|                             |                 | Б                    | Ж    | У      |                                |                 |
| Овощи натуральные по сезону | 50              | 0,4                  | 0    | 0,8    | 6,5                            | 8,00            |
| Суп картофельный с бобовыми | 250             | 5,8                  | 5,4  | 19,0   | 147,3                          | 15,00           |
| Тефтели рыбные              | 80/30           | 10,4                 | 9,6  | 12,9   | 181,6                          | 29,00           |
| Пюре картофельное с м/сл    | 180/5           | 3,9                  | 9,1  | 25,1   | 197,0                          | 12,00           |
| Компот из сухофруктов       | 180             | 0,4                  | 0,0  | 27,8   | 113,7                          | 5,00            |
| Хлеб пшеничный              | 60              | 4,65                 | 0,45 | 30,0   | 142,05                         | 4,00            |
| Хлеб ржаной                 | 40              | 1,95                 | 0,45 | 11,85  | 60,3                           | 3,00            |
| Итого за обед:              | 875             | 27,5                 | 25,0 | 127,45 | 848,45                         |                 |

Цена 76 рублей