



Директор ШКОЛЫ П'ЯТХАТСКАЯ ШКОЛА
О. В. Романова

Меню на «23» ноября 2023 г.

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