

Общество
с ограниченной
ответственностью
"НЕМАН"

ОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ
Севастьянчук В.И.

Ленинградская школа
Солд. Р.Ю. Соколов

10

возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена порции
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	80	1,05	2,60	5,02	47,68	11,71
Гречка вязкая	150	4,58	5,00	20,50	145,50	15,00
Тефтели мясные в соусе	140	13,57	18,90	13,64	268,20	29,00
Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,40	84,80	10,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6	4,00
Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,20	4,00
Итого за завтрак:	630	24,84	27,12	87,26	680,98	

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена порцию
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	30	0.2	0	0,5	3,90	14,00
Суп овощной	200	1.3	4.0	7.3	76.2	14,00
Плов из птицы	150/50	16.6	21.3	40.8	422.1	36,00
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9,50	40,70	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:	700	25,7	26,30	101,10	745,25	

возрастная категория 12-18 лет						цена 10 рублей
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена 3 порцию
		Б	Ж	У		
Гречка вязкая	180	5,49	6,00	24,60	174,60	17,00
Шницель из курицы	100	19,2	4,40	13,46	169,46	27,00
Чай с сахаром	200	1,00	0,00	20,40	84,80	4,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	10,0	50,3	4,00
Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,20	3,00
Итого за завтрак:	540	30,33	11,02	76,48	520,36	

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена 3 порцию
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	50	0,4	0	0,8	6,5	14,00
Суп овощной	250	1.6	5.0	9.1	95.4	14,00
Плов из птицы	175/75	20.7	26.6	51.0	527,6	36,00
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	40.7	5,00
Хлеб пшеничный	60	4.6	0.45	30.0	142.05	4,00
Хлеб ржаной	40	1.95	0.45	11.85	60.3	3,00
Итого за обед:	830	29,35	32,60	112,25	872,55	

Цена 76 рублей