



Меню на « 06 » марта 2024 г.

Составлено
Директор *М.В. Петухова*
Секретарь *С.А. Ковалева*
ШКОЛА. 3

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак

	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Каша молочная из крупы рисовой с изюмом и м/сл	200/10/10	6,09	10,88	47,99	315,00	45,71
Сыр (порциями)	15	3,48	6,43	0,00	64,00	16,00
Чай с сахаром	210	0,20	0,10	9,30	38,00	4,00
Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	81,90	4,00
Хлеб ржаной	25	2,00	0,38	10,00	51,50	4,00
Итого за завтрак:	505	14,43	18,07	84,51	550,40	

Цена 73 рублей 71 копеек

Обед

	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	30	0,5	1,5	2,7	27,0	9,80
Рассольник ленинградский	200	1,9	4,1	13,2	97,8	12,50
Печень по-строгановски	50/50	13,6	10,8	7,5	189,1	29,70
Каша рассып. гречневая с м/сл	150/5	8,6	9,4	38,3	271,5	12,00
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	40,7	5,00
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	20,0	94,7	4,00
Хлеб ржаной	20	1,4	0,3	8,0	40,2	3,00
Итого за обед:	725	29,1	26,5	99,2	761,0	

Цена 76 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

Завтрак

	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Каша молочная из крупы рисовой с изюмом и м/сл	200/10/10	6,09	10,88	47,99	315,00	38,00
Чай с сахаром	210	0,20	0,10	9,30	38,00	4,00
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	4,00
Хлеб ржаной	40	2,7	0,5	15,9	80,4	4,00
Кондитерские изделия	20	1,5	2,0	14,9	83,4	5,00
Итого за завтрак:	550	15,09	13,88	118,19	658,90	
Цена					55,00 рублей	

Обед

	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)				цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	50	0,7	2,5	4,6	44,9	9,80
Рассольник ленинградский	250	2,3	5,3	16,4	122,4	12,50
Печень по-строгановски	50/50	13,6	10,8	7,5	189,1	29,70
Каша рассып. гречневая с м/сл	180/5	10,0	10,3	44,5	310,2	12,00
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	40,7	5,00
Хлеб пшеничный	40	3,1	0,3	20,0	94,7	4,00
Хлеб ржаной	20	1,3	0,3	7,9	40,2	3,00
Итого за обед:	825	31,1	29,6	110,4	842,2	
Цена					76 рублей	