

Образовательное учреждение
Муниципального района
«Пятигорск»
Школа.

Меню на « 05 » марта 20

Возрастная категория 7-11 лет

1

Возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
		Б	Ж	У		
Запеканка из творога с йогуртом 135/30	165	16,20	14,40	34,80	315,30	38,71
Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	104,00	15,00
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Бутерброд с повидлом	55	2,40	3,87	27,83	156,00	10,00
Итого за завтрак:	520	22,30	21,57	86,23	622,30	
Цена 73 рублей 71 копеек						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы отварной	30	0.4	1.8	2.4	28.0	9,00
Суп картофельный с крупой рисовой	200	1.7	2.1	13.7	81.1	13,00
Птица, тушенная в соусе	50/50	13.8	15.1	3.7	212.3	30,00
Макаронные изделия отварные с м/сл	150/5	5.6	7.9	35.0	230.8	12,00
Компот из сухофруктов	180	0.4	0.0	27.8	113.7	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	26,3	27,5	110,6	800,8	
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		
Суп молочный с рисовой крупой	200	2,97	3,5	6,1	71,2	6,87
Запеканка из творога с яблочным соусом	100/30	17.8	12.1	22.8	274.8	39,13
Чай с сахаром	200	0,1	0,0	13,7	55,3	4,00
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	10,0	47,4	5,00
Итого за завтрак:	550	22,5	15,7	52,7	448,7	
Цена 55 рублей						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы отварной	50	0.7	3.0	4.1	46.7	9,00
Суп картофельный с крупой рисовой	250	2.1	2.8	16.9	101.5	13,00
Птица, тушенная в соусе	50/50	13.8	15.1	3.7	212.3	30,00
Макаронные изделия отварные с м/сл	180/5	6.5	8.4	40.6	260,8	12,00
Компот из сухофруктов	180	0.4	0.0	27.8	113.7	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	28,0	30,0	121,0	869,9	
Цена 76 рублей						