

УТВЕРЖДАЮ
ООО НЕМАН



СОГЛАСОВАНО
Директор



Школа № 105
Соловьева О.И.

Меню на «02» апреля 2021 г.

8

возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	80	0.88	0.16	3.04	17.6	6,00
Рыба тушеная с овощами	100	8.75	6.95	5.8	125.00	30,71
Рис отварной	150	3.65	5.37	36.70	209.70	14,00
Чай с сахаром	210	0.20	0.10	9.30	30.00	15,00
Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.60	4,00
Хлеб ржаной	20	1.60	0.30	8.02	41.20	4,00
Итого за завтрак:	600	18.12	13.20	82.54	517.10	

Цена 73 рублей 71 копейк

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию р
		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	13,50
Птица, тушенная в соусе	50/50	13.8	15.1	3.8	213.1	28,70
Макаронные изделия с масл/слив	150/5	5.6	7.9	35.0	230.8	12,00
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	82.2	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:	755	30.2	29.7	114.9	853.25	

Цена 76 р.

возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			цена за порцию руб	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Рыба тушеная с овощами	100	8.75	6.95	5.8	21.00	125.0
Рис отварной	180	4.38	6.44	44.04	11.00	251.64
Чай с сахаром	210	0.20	0.10	9.30	15.00	30.0
Хлеб пшеничный	40	3.0	0.3	20.0	5.00	94.7
Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	7.9	3.00	40.2
Итого за завтрак:	550	17.63	13.99	87.04		541.54

Цена 55 р

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			цена за порцию руб	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	50	0.7	2.5	4.6	9.8	44.9
Рассольник ленинградский	250	2.3	5.3	16.4	13.50	122.4
Птица, тушенная в соусе	50/50	13.8	15.1	3.8	28.7	213.1
Макаронные изделия с м/слив	200/5	7.2	9.4	44.9	12.00	293.2
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	5.00	40.7
Хлеб пшеничный	60	4.65	0.45	30.0	4.00	142.05
Хлеб ржаной	40	1.95	0.45	11.85	3.00	60.3
Итого за обед:	885	30.7	33.3	121.05		916.65

Цена 76 р