

УТВЕРЖДАЮ
ООО «НЕМАН»



СОГЛАСОВАНО

Директор

С. В. Солюбова
Школа № 10

Меню на « 10 » сентября 2024 г.

7

возрастная категория 7-11 лет

	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию в р
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	60	0.66	0.12	2.28	8.8	6.00
Тефтели мясные	60/50	10.66	14.85	10.71	210.7	44.71
Макаронные изделия отв. с м/сл	150/5	5.6	7.9	35.0	230.8	14.00
Чай с сахаром и лимоном	180/6/6	0.12	0	14.5	21.6	5.00
Хлеб пшеничный	20	1.9	0.2	12.3	58.5	4.00
Итого за завтрак:	537	18.94	23.07	74.79	530.4	

Цена 73 рублей 71 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию в р
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы отварной	30	0.4	1.8	2.4	28.0	5.00
Суп картофельный с бобовыми горох.	200	4.6	4.4	15.2	117.8	15.00
Фрикадельки из кур с м/сл	90/5	11.8	17.7	7.0	234.9	32.00
Каша рассып. гречневая с м/сл	150/5	4.6	4.9	20.3	142.4	12.00
Компот из сухофруктов	180	0.4	0	27.8	113.7	5.00
Хлеб пшеничный	40	3.0	0.3	20.0	94.7	4.00
Хлеб ржаной	20	2.0	0.4	11.9	60.3	3.00
Итого за обед:	720	26.8	29.5	104.6	791.80	

Цена 76 рублей

возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию в р
		Б	Ж	У		
Тефтели мясные	60/50	10.66	14.85	10.71	210.7	33.00
Макаронные изделия отв. с м/сл	180/5	6.7	9.4	41.8	275.5	11.00
Чай с сахаром и лимоном	200/6/6	0.12	0	14.5	59.2	4.00
Хлеб пшеничный	30	2.3	0.24	14.7	70.2	4.00
Хлеб ржаной	20	1.6	0.3	8.0	41.2	3.00
Итого за завтрак:	557	21.38	24.79	89.71	656.8	

Цена 55 рублей

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию в р
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы отварной	50	0.7	3.0	4.1	46.7	5.00
Суп картофельный с бобовыми гороховый	250	5.8	5.4	19.0	147.3	15.00
Фрикадельки из кур с м/сл	100/5	13.0	19.6	7.7	259.6	32.00
Каша рассып. гречневая с м/сл	180/5	10.0	10.3	44.5	169.96	12.00
Компот из сухофруктов	180	0.4	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:	830	34.3	38.9	131.0	872.16	

Цена 76 рублей