

УТВЕРЖДАЮ
ООО НЕМАН



Меню на « 27 » сентября 2024 г.

10

возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена порции
		Б	Ж	У		
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	210	6.11	10.72	32.38	251.0	39.71
Чай с сахаром и лимоном	200/6/6	0.12	0	14.5	21.9	5.00
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.2	12.3	58.5	4.00
Хлеб ржаной	25	2.0	0.37	10.0	51.5	4.00
Ватрушка с творогом	75	9.22	5.48	29.18	202.0	21.00
Итого за завтрак:	547	19.35	16.77	98.36	584.6	

Цена 73 рублей 71 копейк

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	3.9	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	9.5	40.7	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	26.3	101.1	745.25	

Цена 76 рублей

возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена 3 порцию
		Б	Ж	У		
Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным	200/10	6.11	10.72	32.38	251.0	26.83
Булочка «Домашняя»	100	7.3	12.5	43.9	318.0	18.17
Чай с сахаром и лимоном	200/6/6	0.12	0	14.5	59.2	4.00
Хлеб пшеничный	40	3.0	0.2	20.0	94.8	3.00
Хлеб ржаной	20	1.6	0.2	8.0	41.2	3.00
Итого за завтрак:	582	18.13	23.72	118.78	764.2	

Цена 55рублей

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	32.6	112.25	872.55	

Цена 76 рублей

О.Ю. Роговцева
Психологическая школа