



О.Ю. Соловьева
«Пятихатская школа»

Меню на « 21 » окт

6

Возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса п-ции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Каша рисовая с изюмом и м/сл	200/10/10	6.09	10.88	47.99	315.0	43.71
Кофейный напиток с молоком	200	2.8	2.5	13.6	88.0	15.00
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.2	12.3	58.5	5.00
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	44.0	10.00
Итого за завтрак:	545	13.19	14.35	93.69	505.5	

Цена 73 рублей 71 копейк

Обед	Масса п-ции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты с морковью	30	0.5	1.5	2.7	27.0	8.00
Борщ с капустой и картофелем	200	1.4	4.0	9.9	81.6	14.50
Котлеты рублен из птицы с м/сл	90/5	15.1	19.7	13.4	291.7	29.50
Каша вязкая из крупы "Артек" с м/сл	150/5	4.1	7.6	24.4	181.9	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:	720	25.6	33.5	87.9	757.8	

Цена 76 рублей

Возрастная категория 12-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			цена за порцию руб	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Каша рисовая с изюмом и м/сл	200/10/10	6.09	10.88	47.99	21.0	315.0
Кофейный напиток с молоком	180	2.5	2.2	15.1	15.00	79.2
Хлеб пшеничный	40	3.0	0.2	20.0	5.00	94.8
Хлеб ржаной	20	1.6	0.3	8.0	4.00	41.2
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	10.00	47.0
Итого за завтрак:	560	13.59	13.98	100.89		577.2

Цена 55 руб

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			цена за порцию руб	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Салат из белокоч. капусты с морковью	50	0.7	2.5	4.6	8.00	44.9
Борщ с капустой и картофелем	250	1.8	5.0	12.3	14.50	102.1
Котлеты рублен из птицы с м/сл	100/5	16.7	21.5	15.1	29.50	320.7
Каша вязкая из крупы "Артек" с м/сл	180/5	4.7	8.3	28.2	12.00	205.8
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	5.00	40.7
Хлеб пшеничный	40	3.1	0.3	20.0	4.00	94.7
Хлеб ржаной	20	1.3	0.3	7.9	3.00	40.2
Итого за обед:	830	28.4	38.0	97.6		849.2

Цена 76 руб