



Меню на « 06 » ноября 2019 г.
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 яблочным соусом	120/35	18.3	12.4	23.5	266.2	46.71
Чай с сахаром и лимоном	200/6/6	0.12	0.0	14.5	21.6	5.00
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	44.0	10.00
Кондитерские изделия	40	3.0	4.0	28.9	166.8	8.00
Хлеб ржаной	20	1.6	0.3	8.0	41.2	4.00
Итого за завтрак:	527	23.42	17.1	84.7	539.8	

Цена 73 рублей 71 копейка

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, тушеная 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	100/35	18.4	12.5	23.7	285.4	39.13
Чай с сахаром	200/10	0.2	0.1	9.3	38.0	4.00
Хлеб пшеничный	20	1.5	0.1	10.0	47.4	5.00
Итого за завтрак:	565	23.07	16.2	49.1	442.0	

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, тушеная 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	27.9	29.9	121.0	869.9	

Цена 76 рублей