

УТВЕРЖДАЮ
ООО НЕМАН



Меню на « 16 » января 2025 г.

4

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак

	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	60	0.66	0.12	2.28	8.8	13.00
Омлет натуральный с м/сл	116	10.78	19.2	10.04	264.0	37.05
Кофейный напиток с молоком	200	2.8	2.5	13.6	88.0	12.00
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.2	3.00
Хлеб ржаной	25	2.0	0.37	10.0	51.5	3.00
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	44.0	10.00
Итого за завтрак:	531	18.92	22.83	60.48	526.5	

Цена 78 рублей 05 копеек

Обед

	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
		Б	Ж	У		
Винегрет овощной	60	0.84	6.03	4.37	75.0	16.00
Суп картофельный с бобовыми	200	4.6	4.4	15.2	117.8	20.00
Тефтели рыбные	110	10.4	9.6	12.9	181.6	31.00
Пюре картофельное с м/сл	150/5	3.4	8.3	21.6	174.0	15.00
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	82.2	16.00
Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.4	6.00
Хлеб ржаной	30	2.4	0.47	12.0	61.8	3.00
Итого за обед:	795	27.1	29.48	113.79	832.8	

Цена 107 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

Завтрак

	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	100	1.1	0.2	3.8	22.0	13.00
Омлет натуральный с м/сл	116	10.78	19.2	10.04	264.0	36.00
Кофейный напиток с молоком	180	2.5	2.2	15.1	79.2	12.00
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.2	3.00
Хлеб ржаной	25	2.0	0.37	10.0	51.5	3.00
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.0	10.00
Итого за завтрак:	551	19.06	22.61	63.5	533.9	

Цена 77 рублей

Обед

	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
		Б	Ж	У		
Винегрет овощной	100	1.4	10.04	7.29	125.1	16.00
Суп картофельный с бобовыми	250	5.8	5.4	19.0	147.3	20.00
Тефтели рыбные	110	10.4	9.6	12.9	181.6	31.00
Пюре картофельное с м/сл	180/5	3.9	9.1	25.1	197.0	15.00
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	82.2	16.00
Хлеб пшеничный	60	4.65	0.48	29.52	140.4	6.00
Хлеб ржаной	40	3.2	0.63	16.0	82.4	3.00
Итого за обед:	925	30.16	35.45	128.01	956.0	

Цена 107 рублей