

УТВЕРЖДАЮ
ООО НЕМАН



СОГЛ.

Директор



Меню на « 29 » января

С.Н. Бирюкова
г. Пенза, Пензенская область
Школа № 10
И.И. Бирюкова

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У			
Салат из свеклы с зел. горошком	60	0.99	2.47	4.38	43.74		12.00
Биггета говяжья с м/сл	90/5	12.84	12.07	13.5	229.0		36.05
Картофель запеченный дольками	150	3.9	13.6	30.2	193.46		17.00
Чай с сахаром и лимоном	200	0.12	0.0	14.5	21.6		7.00
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.2	12.3	58.5		3.00
Хлеб ржаной	20	1.6	0.31	8.0	41.2		3.00
Итого за завтрак:	550	21.35	28.65	82.88	587.5		

Цена 78 рублей 05 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	60	1.0	3.0	5.4	54.0	12.00
Рассольник ленинградский	200	1.9	4.1	13.2	97.8	19.00
Печень по-строгановски	100	13.6	10.8	7.5	189.1	45.00
Капша рассып. гречневая с м/сл	150/5	8.6	9.4	38.3	271.5	12.00
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	40.7	10.00
Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.6	6.00
Хлеб ржаной	20	1.6	0.31	8.0	41.2	3.00
Итого за обед:	755	29.84	28.03	101.58	787.9	

Цена 107 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Капша вязкая молочная из м/ла с м/сл	210	8.64	11.06	44.32	312.0	37.00
Сок фруктовый	200	1.0	0.0	20.4	84.8	16.00
Хлеб пшеничный	20	1.52	0.16	9.84	46.8	3.00
Хлеб ржаной	20	1.6	0.31	8.0	41.2	3.00
Кондитерские изделия	20	1.5	2.0	14.45	83.4	8.00
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	44.0	10.00
Итого за завтрак:	570	14.66	13.93	106.81	612.2	

Цена 77.00 рублей

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	100	1.4	5.0	9.2	89.8	12.00
Рассольник ленинградский	250	2.3	5.3	16.4	122.4	19.00
Печень по-строгановски	100	13.6	10.8	7.5	189.1	45.00
Капша рассып. гречневая с м/сл	180/5	10.0	10.3	44.5	310.2	12.00
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	40.7	10.00
Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.6	6.00
Хлеб ржаной	20	1.6	0.31	8.0	41.2	3.00
Итого за обед:	875	32.04	32.13	114.78	887.0	

Цена 107 рублей