

УТВЕРЖДАЮ
ООО НЕМАН



Меню на « 03 » февраля
Возрастная категория 7-11 лет

Д.И. Воловьева
директор школы
И.И. Зиркова

6

Завтрак	Масса п-ции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Каша вязкая молочная из риса с м/сл	210	6.0	10.85	42.95	294.0	48.05
Кофейный напиток с молоком	200	2.8	2.5	13.6	88.0	12.00
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
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	44.0	12.00
Итого за завтрак:	550	12.32	14.22	84.19	514.0	
Цена 78 рублей 05 копеек						
Обед	Масса п-ции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1.0	3.0	5.4	54.0	12.00
Борщ с капустой и картофелем	200	1.4	4.0	9.9	81.6	18.00
Котлеты рублен из птицы с м/сл	90/5	15.1	19.7	13.4	291.7	38.00
Каша вязкая из крупы "Артек"с м/сл	150/5	4.1	7.6	24.4	181.9	14.00
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	82.2	16.00
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:	750	27.14	35.13	98.98	826.2	
Цена 107 рублей						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			цена за порцию руб	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Каша вязкая молочная из риса с м/сл	210	6.0	10.85	42.95	44.00	294.0
Кофейный напиток с молоком	180	2.5	2.2	15.1	12.00	79.2
Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	6.00	93.6
Хлеб ржаной	20	1.6	0.31	8.0	3.00	41.2
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	12.00	44.0
Итого за завтрак:	550	13.54	14.08	95.53		552.0
Цена 77 руб.						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			цена за порцию руб	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Салат из белокоч.капусты с морковью	100	1.4	5.0	9.2	12.00	89.8
Борщ с капустой и картофелем	250	1.8	5.0	12.3	18.00	102.1
Котлеты рублен из птицы с м/сл	100/5	16.7	21.5	15.1	38.00	320.7
Каша вязкая из крупы "Артек"с м/сл	180/5	4.7	8.3	28.2	14.00	205.8
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	16.00	82.2
Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	6.00	93.6
Хлеб ржаной	20	1.6	0.31	8.0	3.00	41.2
Итого за обед:	880	30.14	40.63	110.68		935.4
Цена 107 рублей						