

УТВЕРЖДАЮ
ООО НЕМАН



Меню на « 05

В.В. Конюхова
Директор школы

возрастная категория 7-11*

| | Масса порции, гр | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Цена за Порцию |
|--|------------------|------------------|-------|-------|--------------------------------|----------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Икра кабачковая пром.производства | 60 | 1.0 | 4.5 | 3.9 | 58.5 | 8.00 |
| Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным | 90/5 | 15.1 | 19.7 | 13.4 | 191.7 | 42.05 |
| Каша гречневая с м/сл | 150/5 | 4.74 | 5.18 | 21.21 | 138.7 | 12.00 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.4 | 0 | 30.9 | 110.6 | 10.00 |
| 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 |
| Итого за завтрак: | 550 | 24.36 | 29.85 | 87.25 | 587.5 | |

Цена 78 рублей 05 копеек

| Обед | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | цена за порцию р |
|--|------------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Салат из белокочанной капусты с яблоками | 60 | 0.08 | 3.0 | 6.7 | 54.06 | 13.00 |
| Рассольник ленинградский | 200 | 1.9 | 4.1 | 13.2 | 97.8 | 19.00 |
| Тефтели говяжьи | 100 | 9.69 | 13.5 | 9.74 | 191.55 | 32.00 |
| Рагу овощное | 150 | 3.77 | 5.5 | 37.9 | 138.7 | 18.00 |
| 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: | 780 | 23.3 | 27.25 | 127.26 | 766.51 | |

Цена 107 рублей

возрастная категория 12-18 лет

| Завтрак | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) | | | цена за порцию руб | Энергетическая ценность (ккал) |
|--|------------------|----------------------|-------|--------|--------------------|--------------------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным | 100/5 | 16.7 | 21.8 | 14.8 | 43.00 | 322.4 |
| Рис отварной с маслом сливочным | 180/5 | 4.5 | 6.6 | 45.2 | 15.00 | 258.6 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.4 | 0 | 30.9 | 10.00 | 126.3 |
| 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 завтрак: | 550 | 26.24 | 29.03 | 118.58 | | 842.1 |

Цена 77 р

| Обед | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) | | | цена за порцию руб | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------------------------------|------------------|----------------------|------|--------|--------------------|--------------------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Салат из белокоч. капусты с яблоками | 100 | 1.4 | 5.0 | 11.2 | 13.00 | 90.2 |
| Рассольник ленинградский | 250 | 2.3 | 5.3 | 16.4 | 19.00 | 122.4 |
| Тефтели говяжьи | 100 | 9.69 | 13.5 | 9.74 | 38.00 | 191.55 |
| Рагу овощное | 180 | 4.53 | 6.6 | 45.48 | 18.00 | 166.44 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0.1 | 0.1 | 9.5 | 10.00 | 40.7 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4.56 | 0.48 | 29.52 | 6.00 | 140.4 |
| Хлеб ржаной | 40 | 3.2 | 0.62 | 16.0 | 3.00 | 82.4 |
| Итого за обед: | 910 | 25.78 | 31.6 | 137.84 | | 834.09 |

Цена 107 рублей