



Меню на «18» сентября 2023 г.  
1

Возрастная категория 7-11 лет

| Завтрак                    | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) |      |      | Энергетическая ценность (ккал) | цена за порцию руб |
|----------------------------|------------------|----------------------|------|------|--------------------------------|--------------------|
|                            |                  | Б                    | Ж    | У    |                                |                    |
| Макароны отв.см/сл и сыром | 150/5/15         | 9,10                 | 8,5  | 36,0 | 255,2                          | 47,46              |
| Бутерброд с повидлом       | 30/20/5          | 2,5                  | 3,8  | 28,4 | 157,2                          | 10,00              |
| Чай с сахаром              | 180              | 0,1                  | 0,0  | 12,4 | 49,8                           | 4,00               |
| Фрукты свежие              | 100              | 0,4                  | 0,4  | 9,8  | 47,0                           | 10,00              |
| Итого за завтрак:          |                  | 12,1                 | 12,7 | 86,6 | 509,2                          |                    |

Цена 71 рублей 46 копеек

| Обед                             | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) |      |      | Энергетическая ценность (ккал) | цена за порцию руб |
|----------------------------------|------------------|----------------------|------|------|--------------------------------|--------------------|
|                                  |                  | Б                    | Ж    | У    |                                |                    |
| Овощи натур. по сезону           | 30               | 0,2                  | 0    | 0,5  | 3,9                            | 14,00              |
| Борщ с капустой и картофелем     | 200              | 1,6                  | 4,0  | 10,4 | 84,5                           | 15,50              |
| Котлеты рубленые из птицы с м/сл | 90/5             | 15,1                 | 19,7 | 13,4 | 291,7                          | 25,50              |
| Каша рассып. ячневая с м/сл      | 150/5            | 5,1                  | 7,9  | 31,8 | 218,2                          | 9,00               |
| Компот из свежих плодов          | 180              | 0,1                  | 0,1  | 9,5  | 40,7                           | 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:                   |                  | 26,6                 | 32,3 | 93,6 | 773,9                          |                    |

Цена 76 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

| Завтрак                    | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) |      |      | Энергетическая ценность (ккал) | цена за порцию руб |
|----------------------------|------------------|----------------------|------|------|--------------------------------|--------------------|
|                            |                  | Б                    | Ж    | У    |                                |                    |
| Макароны отв.см/сл и сыром | 180/5/15         | 10,7                 | 10,0 | 42,3 | 300,2                          | 31,00              |
| Бутерброд с повидлом       | 55               | 2,5                  | 3,8  | 28,4 | 157,2                          | 10,00              |
| Чай с сахаром              | 200              | 0,1                  | 0,0  | 13,7 | 55,3                           | 4,00               |
| Фрукты свежие              | 100              | 0,4                  | 0,4  | 9,8  | 47,0                           | 10,00              |
| Итого за завтрак:          |                  | 13,7                 | 14,2 | 94,2 | 559,7                          |                    |

Цена 55 рублей

| Обед                             | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая ценность (ккал) | цена за порцию руб |
|----------------------------------|------------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|--------------------|
|                                  |                  | Б                    | Ж    | У     |                                |                    |
| Овощи натур. по сезону           | 50               | 0,4                  | 0    | 0,8   | 6,5                            | 14,00              |
| Борщ с капустой и картофелем     | 250              | 2,0                  | 5,0  | 13,0  | 105,8                          | 15,50              |
| Котлеты рубленые из птицы с м/сл | 100/5            | 16,7                 | 21,5 | 15,1  | 320,7                          | 25,50              |
| Каша рассып. ячневая с м/сл      | 180/5            | 5,8                  | 8,8  | 37,0  | 248,3                          | 9,00               |
| Компот из свежих плодов          | 180              | 0,1                  | 0,1  | 9,5   | 40,7                           | 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:                   |                  | 29,4                 | 36,0 | 103,4 | 856,9                          |                    |

Цена 76 рублей