



Меню на «11» октября 2023 г.

8

возрастная категория 11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена: Порция
		Б	Ж	У		
Овощи натуральные по сезону	60	0,5	0,1	1,0	7,8	6,00
Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным	90/5	15,1	19,7	13,4	291,7	28,46
Рис отварной с маслом сливочным	150/5	3,9	8,8	39,0	250,1	14,00
Компот из сухофруктов	180	0,4	0	27,8	113,7	15,00
Хлеб пшеничный	25	1,9	0,1	12,6	59,2	4,00
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	10,0	50,3	4,00
Итого за завтрак:		23,5	29,0	103,8	772,8	

Цена 71 рублей 46 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию р
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	30	0,5	1,5	2,7	27,0	9,80
Рассольник ленинградский	200	1,9	4,1	13,2	97,8	13,50
Рыба тушеная в томате с овощами	50/50	10,2	5,4	5,9	114,8	28,70
Макаронные изделия с масл/слив	150/5	5,6	7,9	35,0	230,8	12,00
Сок фруктовый	180	0,9	0,2	18,2	82,2	5,00
Хлеб пшеничный	60	4,5	0,45	30,0	142,05	4,00
Хлеб ржаной	30	3,0	0,45	12,0	60,3	3,00
Итого за обед:		26,6	20,0	117,0	755,55	

Цена 76 р

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	21,5	15,1	23,00	320,7
Рис отварной с маслом сливочным	180/5	4,5	9,6	45,2	11,00	285,2
Компот из сухофруктов	200	0,4	0	30,9	13,00	126,3
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	20,0	5,00	94,7
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	7,9	3,00	40,2
Итого за завтрак:		25,9	31,6	119,1		867,1

Цена 55 р

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			цена за порцию руб	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	50	0,7	2,5	4,6	9,8	44,9
Рассольник ленинградский	250	2,3	5,3	16,4	13,50	122,4
Рыба тушеная в томате с овощами	50/50	10,2	5,4	5,9	28,70	114,8
Макаронные изделия с м/слив	200/5	7,2	9,4	44,9	12,00	293,2
Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	9,5	5,00	40,7
Хлеб пшеничный	60	4,65	0,45	30,0	4,00	142,05
Хлеб ржаной	40	1,95	0,45	11,85	3,00	60,3
Итого за обед:		27,1	23,6	123,15		818,35

Цена 76 р