

МЕНЮ

На 22.01 2025 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет						
ЗАВТРАК						
Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
		Белки	Жиры	Углеводы		
Запеканка из творога (завтрак)	180	18,11	17,10	48,60	385,65	79,72
Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	10	0,72	0,85	5,55	32,7	3,64
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	3,87
Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	2,45
Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	12,57
ИТОГО	520	21,80	18,65	85,46	557,87	102,25
ОБЕД						
Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
		Белки	Жиры	Углеводы		
Суп с бобовыми (горох)	200	2,72	4,40	4,80	78	5,73
Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)**	60	0,66	0,12	2,28	13,2	8,19
Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами	240	16,42	15,17	35,06	455,23	95,66
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	9,54
Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	3,67
Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	3,08
ИТОГО	785	25,40	20,58	99,69	792,43	125,87

МЕНЮ

На 22.01 2025 года

Возрастная категория от 12 и старше						
ЗАВТРАК						
Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
		Белки	Жиры	Углеводы		
Запеканка из творога (завтрак)	200	20,12	19,00	54,00	428,5	88,57
Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	20	1,44	1,70	11,10	65,4	7,28
Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	3,87
Хлеб пшеничный 30	40	3,16	0,40	19,32	85,44	3,81
Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	12,57
ИТОГО	560	25,32	21,50	101,24	654,78	116,10
ОБЕД						
Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
		Белки	Жиры	Углеводы		
Суп с бобовыми (горох)	250	3,40	5,50	6,00	97,5	8,59
Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)**	100	1,10	0,20	3,80	22	13,65
Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами	280	19,15	17,70	40,91	531,1	111,61
Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	9,54
Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	3,81
Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	3,08
ИТОГО	910	28,85	24,24	105,85	885,92	150,28

Старший повар