

И.о. директора  Утверждаю:
Л.С. Сидыганова



МЕНЮ
на 18.12.2024

День: Среда
Возраст: 7-11 лет

Неделя: вторая Сезон: Зимний

№ рецеп.	Прием пищи/наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Пищевая ценность
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
212	Омлет с колбасой или сосисками	200	16,8	17,9	5,35	246
284	Масло сливочное	10	0,08	7,24	0,08	64,8
262	Чай с лимоном	200	0,2	0,04	10,2	41
108	Хлеб пшеничный	40	3	1,2	20,6	104,8
386	Йогурт 2,5 % жирности	200	3,62	5,79	24,0	162,00
	Стоимость		83			
ОБЕД						
12	Салат из консервированной кукурузы	100	2,88	6,18	8,04	99,3
14	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	4,45	6,23	4,8	168,53
91	Картофельное пюре	200	4,34	12,82	25,18	242
196	Курица запеченная	100	28,95	24	0,09	332,16
236	Компот из свежих фруктов	200	0,2	0,1	17,2	68
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,24	29,52	141
	Стоимость		124			
ЗАВТРАК						
Возраст:	11-17 лет					
212	Омлет с колбасой или сосисками	200	16,8	17,9	5,35	246
284	Масло сливочное	10	0,08	7,24	0,08	64,8
262	Чай с лимоном	200	0,2	0,04	10,2	41
108	Хлеб пшеничный	40	3	1,2	20,6	104,8
386	Йогурт 2,5 % жирности	200	3,62	5,79	24,0	162,00
	Стоимость		83			
ОБЕД						
12	Салат из консервированной кукурузы	100	2,88	6,18	8,04	99,3
14	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	4,45	6,23	4,8	168,53
91	Картофельное пюре	200	4,34	12,82	25,18	242
196	Курица запеченная	100	28,95	24	0,09	332,16
236	Компот из свежих фруктов	200	0,2	0,1	17,2	68
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,24	29,52	141
	Стоимость		124			