

И.о. директора

Утверждаю:
Л.С.Сидыганова**МЕНЮ**
на 19.12.2024**День:** Четверг
Возраст: 7-11 лет

Неделя: вторая Сезон: Зимний

№ рецеп.	Прием пищи/наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Пищевая ценность
			Б	Ж	У	
ЗАВТРАК						
116	Каша гречневая на молоке	200	6,98	10,4	25	266
284	Масло сливочное	10	0,07	7,24	0,08	64,8
264	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,8	18,5	100
108	Хлеб пшеничный	40	3	1,2	20,6	104,8
231	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Стоимость		83			
ОБЕД						
15	Салат из свежих огурцов и помидоров	100	0,98	6,15	3,64	74,2
80	Суп картофельный с вермишелью	250	1,86	9,95	15,14	157,6
114	Рис отварной	200	4,86	5,64	51,24	274
164	Тефтели рыбные	110	12,72	12,7	13,35	219
348	Соус томатный	50	0,54	1,86	3,46	33,45
246	Компот из кураги	200	0,78	0,05	27,63	114,8
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,24	29,52	141
	Стоимость		124			
ЗАВТРАК						
Возраст: 11-17 лет						
116	Каша гречневая на молоке	200	6,98	10,4	25	266
284	Масло сливочное	10	0,07	7,24	0,08	64,8
264	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,8	18,5	100
108	Хлеб пшеничный	40	3	1,2	20,6	104,8
231	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
	Стоимость		83			
ОБЕД						
15	Салат из свежих огурцов и помидоров	100	0,98	6,15	3,64	74,2
80	Суп картофельный с вермишелью	250	1,86	9,95	15,14	157,6
114	Рис отварной	200	4,86	5,64	51,24	274
164	Тефтели рыбные	110	12,72	12,7	13,35	219
348	Соус томатный	50	0,54	1,86	3,46	33,45
246	Компот из кураги	200	0,78	0,05	27,63	114,8
108	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,24	29,52	141
	Стоимость		124			