

МЕНЮ
На 01 сентября 2023 года



Возрастная категория от 7 до 11 лет						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	13,78
Каша молочная «Дружба»	200	5	5,8	24,1	168,9	20,56
Батон с маслом	50	4,4	7,9	27,4	191	12,81
Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	14,42
Хлеб пшеничный	35	1,92	0,35	16,28	76,75	2,75
ИТОГО	585	16,32	18,05	90,38	584,05	65,42
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из свежих помидоров	60	0,66	3,67	2,74	46,62	9,83
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	205	1,71	4,87	9,78	93,8	9,55
Капуста тушеная	180	3,72	5,82	16,96	135,1	18,70
Тефтели из свинины и риса с соусом	120	10,43	10,1	16,4	329,4	41,70
Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9	3,59
Хлеб пшеничный	35	2,24	0,28	17,22	80,36	3,85
Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75	4,07
ИТОГО	835	20,98	34,09	86,28	789,93	91,29

МЕНЮ
На 01 сентября 2023 года

Возрастная категория от 12 и старше						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты	100	0,4	0,4	9,8	47	13,78
Каша молочная «Дружба»	250	6,3	7,3	30,1	211,1	22,45
Батон с маслом	60	5,47	8,05	34,22	222,2	13,62
Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4	14,42
Хлеб пшеничный	40	2,56	0,32	19,68	91,84	4,40
ИТОГО	650	19,33	19,67	106,4	672,54	68,67
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из свежих помидоров	100	1,1	6,11	4,56	77,6	16,38
Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250	2,11	5,89	12,17	115,2	11,46
Капуста тушеная	180	3,72	5,82	16,96	135,1	18,70
Тефтели из свинины и риса с соусом	140	11,6	21,2	18,2	366	44,10
Чай с лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9	3,59
Хлеб пшеничный	40	2,56	0,32	19,68	91,84	4,40
Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75	4,07
ИТОГО	955	23,31	39,69	94,75	890,39	102,70

Старший повар _____