



МЕНЮ

22 сентября 2022 г.

11-17 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,77	5,3	10,8	25,4	220
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	100/20/20	23,01	11,2	23	42,6	423
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	7,20	4,9	4,5	0,3	61
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,58	3	2,4	25,1	135
Итого		37,56	24,4	40,7	93,4	839
Полдник						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
БАНАН	200	24,22	2,7	0,9	37,8	173
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		36,06	10,3	2	99,8	460
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/20	34,83	15,8	15,1	30,6	331
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	260	34,60	15,3	14,1	33	321
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	4,08	2,4	3,2	12	89
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	2,75			16,4	66
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		81,27	40,1	33,3	134,4	1011
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	15,50	5,8	5	8,4	108
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	90	23,99	25,9	14,3	63,7	489
Итого		39,49	31,7	19,3	72,1	597
Ужин						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	3,52	5,5	7,1	26,5	193
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	19,08	10,2	11,6	5,3	166
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,92	0,4		15,4	63
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		28,53	22,7	19,6	89,6	626
Всего		222,91	129,2	114,9	489,3	3533

Бухгалтер (калькулятор) Сабирава Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.