



МЕНЮ
7 октября 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	1,60	3	2,4	25,2	135
Итого		37,58	24,4	40,7	93,5	839
Полдник						
СОК ВЕШНЕВЫЙ	200	6,84	1	0,2	19,6	83
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	264	14,25	1,1	1,1	25,9	124
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		26,09	8,7	2,2	87,9	411
Обед						
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/20	34,58	15,7	14,9	30,4	327
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	260	35,60	16	18,1	38,8	383
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	4,06	2,4	3,1	11,9	88
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	200	3,06			21,3	85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	100	5,00	6,6	0,9	42,4	204
Итого		82,31	40,7	37	144,8	1087
Полдник II						
РЯЖЕНКА	200	19,38	7,3	6,3	10,5	135
ПРЯНИКИ	60	0,00	3,5	2,8	45	220
Итого		19,38	10,8	9,1	55,5	355
Ужин						
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,87	5,6	11,2	26,6	229
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (2 шт)	40/40	19,43	10,2	14,6	5,3	193
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		31,22	22,8	26,7	89,7	689
Всего		196,58	107,4	115,7	471,4	3381

Бухгалтер (калькулятор) Сабирова Р.А.

Медицинская сестра Давлетшина Г.А.