

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА
МЕНЮ

«Утверждено»
ООО «Фирма Цюльная»

«Согласовано»
МБОУ
с 11-16 лет



01 октября 2024	Завтрак						Минеральные вещества			Витамины	
		белки	жиры	воды	калор.	Са	Мg	Рb	В1 мг	В2 мг	
1 Плов с курицей	50/180	31,40	20,40	45	490	314,2	45,98	1,16	0,12	0,52	
2 Чай сладкий	200	14,4	0,4	63	401	23,46	291,8	7,59	0,43	0,22	
3 Хлеб	1 кус.	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06	
Цена: 35,00											
02 октября 2024	Завтрак										
1 "Ежики" из говядины с соусом	90/20	16,00	5,70	0,5	125	14,92	21,6	0,47	0,14	0,52	
2 Гороховое пюре	180	20,7	6	44	314	140,3	96,93	5,51	0,36	0,21	
3 Чай сладкий	200	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06	
4 Хлеб	1 кус.	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0	
Цена: 35,00											
03 октября 2024	Завтрак										
1 Сосиска отварная с соусом	50/40	31,40	20,40	45	490	314,2	45,98	1,16	0,12	0,52	
2 Гарнир гречневый	180	0,5	0,1	31	121	14,62	8,5	0,92	0,07	0,21	
3 Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0	
4 Хлеб	1 кус.	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06	
Цена: 35,00											
04 октября 2024	Завтрак										
1 Каша "Дружба" молочная со сливочным маслом	200/5	4,56	15,45	39	294	156,7	35,15	0,4	0,06	0,14	
2 Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0	
3 Хлеб	1 кус.	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06	
Цена: 35,00											
05 октября 2024	Завтрак										
1 Котлета из руб курицы с гречкой с соусом	90/20	31,40	20,40	45	490	314,2	45,98	1,16	0,12	0,52	
2 Макароны отварные	180	0,5	0,1	31	121	14,62	8,5	0,92	0,07	0,21	
3 Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0	
4 Хлеб	1 кус.	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06	
Цена: 35,00											
07 октября 2024	Завтрак										
1 Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом	200/5	4,56	15,45	39	294	156,7	35,15	0,4	0,06	0,14	
2 Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0	
3 Хлеб	1 кус.	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06	
Цена: 35,00											
08 октября 2024	Завтрак										
1 Котлеты "Помаринг" с соусом	90/20	31,40	20,40	45	490	314,2	45,98	1,16	0,12	0,52	
2 Макароны отварные	180	0,5	0,1	31	121	14,62	8,5	0,92	0,07	0,21	
3 Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0	
4 Хлеб	1 кус.	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06	
Цена: 35,00											
09 октября 2024	Завтрак										
1 Каша манная молочная со сливочным маслом	200/5	4,56	15,45	39	294	156,7	35,15	0,4	0,06	0,14	
2 Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0	
3 Хлеб	1 кус.	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06	
Цена: 35,00											
10 октября 2024	Завтрак										
1 Тестель рыбный с соусом	90/20	31,40	20,40	45	490	314,2	45,98	1,16	0,12	0,52	
2 Картофельное пюре	180	0,5	0,1	31	121	14,62	8,5	0,92	0,07	0,21	
3 Чай сладкий	200	0,1		9,1	35	0,26	0	0,03	0	0	
4 Хлеб	1 кус.	5,4	0,8	31	150,6	21,2	35,2	1,6	0,14	0,06	
Цена: 35,00											