

Меню на 03.12.2021

День: 11

Возрастная категория: 7-11 лет

Наименование блюда	Цена,р	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Рыба, тушеная в томате с овощами		100	7,18	562,00	30,44	201,37
Пюре картофельное		150	3,76	5,58	30,00	185,26
Хлеб ржаной		20	0,98	0,20	8,95	40,00
Хлеб пшеничный или батон		25	2,00	0,38	9,48	52,00
Масло сливочное (порциями)		6	0,05	4,29	0,07	38,82
Какао (или кофеный напиток) с молоком		200	5,53	6,06	24,63	174,00
Вафли или выпечка промышленного или собственного производства		30	0,84	0,99	23,19	106,20
Итого	65,58		20,34	579,50	126,76	797,65

Обед						
Зеленый горошек отварной		60	1,77	0,12	3,28	22,00
Борщ с капустой с картофелем со сметаной		205	8,85	3,86	13,58	139,00
Плов с мясом птицы		150	8,77	7,61	30,15	226,00
Сок		200	1,00	0,20	20,00	65,80
Хлеб пшеничный		55	4,40	0,83	20,85	114,40
Хлеб ржаной		30	1,47	0,30	13,44	60,00
Итого	98,39		26,26	12,92	101,30	627,20

ГПД						
Плов с мясом птицы		150	8,77	7,61	30,15	226,00
Сок		200	1,00	0,20	20,00	65,80
Хлеб пшеничный		30	4,40	0,83	20,85	114,40
Итого	47,39		40,43	21,56	172,30	1033,40

Полдник						
Сок		200	0,10	0,03	16,00	65,00
Пряники или выпечка промышленного или собственного производства		80	1,50	1,41	22,50	109,80
Итого	49,19					

Возрастная категория: 12 лет и старше

Наименование блюда	Цена,р	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Рыба, тушеная в томате с овощами		120	8,98	7,03	38,05	251,71
Пюре картофельное		180	3,76	5,58	30,00	185,26
Хлеб ржаной		40	0,98	0,20	8,95	40,00
Хлеб пшеничный или батон		40	2,00	0,38	9,48	52,00
Масло сливочное (порциями)		6	0,05	4,29	0,07	38,82

Какао (или кофеный напиток) с молоком		200	5,53	6,06	24,63	174,00
Вафли или выпечка промышленного или собственного производства		30	0,84	0,99	23,90	106,20
Итого	76,26		22,14	24,53	135,08	847,99
Обед						
Зеленый горошек отварной		100	1,77	0,12	3,28	22,00
Борщ с капустой с картофелем со сметаной		255	8,85	3,86	13,58	139,00
Плов с мясом птицы		200	8,77	7,61	30,15	226,00
Сок		200	1,00	0,20	20,00	65,80
Хлеб пшеничный		75	4,40	0,83	20,85	114,40
Хлеб ржаной		40	1,47	0,30	13,44	60,00
Итого	114,37		26,26	12,92	101,30	627,20
Полдник						
Сок		200	0,10	0,03	16,00	65,00
Пряники или выпечка промышленного или собственного производства		80	1,50	1,41	22,50	109,80
Итого	57,19					