



МЕНЮ

06.12.2023

для ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ 7-11 ЛЕТ

Директор школы



| Номер рецептуры | Наименование | Вес блюда (гр) | Энергетическая ценность, ККал | Белки | Жиры | Углеводы |
|--------------------------------------|---|----------------|-------------------------------|-------|-------|----------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| | | 60 | 64 | 0,54 | 5,06 | 1,04 |
| 23/2008 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 150 | 313 | 11,60 | 12,10 | 24,56 |
| 206/2010 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 200/5 | 62 | 0,30 | 0,10 | 15,20 |
| 431/2008 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 180 | 95 | 2,70 | 0,90 | 37,80 |
| к/к/ | БАНАН СВЕЖИЙ | 15 | 27 | 1,20 | 0,63 | 5,03 |
| к/к/ | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 610 | 561 | 16,34 | 18,79 | 83,63 |
| Итого за ЗАВТРАК - 96-90 руб. | | | | | | |
| ОБЕД | | | | | | |
| | | 60 | 54 | 0,86 | 3,18 | 5,28 |
| 1.49/2005 | САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 200/5 | 77 | 2,50 | 4,50 | 6,43 |
| 84/2008 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ | 240 | 325 | 12,15 | 13,85 | 33,80 |
| 304/2012 | ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ (КУРЫ) | 200 | 86 | 1,00 | 0,20 | 19,80 |
| 442/2008 | СОК ФРУКТОВЫЙ /ЯБЛОЧНЫЙ/ | 40 | 72 | 3,20 | 1,70 | 13,40 |
| к/к/ | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 115 | 3,20 | 1,85 | 20,78 |
| к/к/ | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 1/100 | 87 | 5,00 | 2,50 | 8,50 |
| к/к/ | ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ, МАССОВАЯ ДОЛЯ ЖИРА 2,5% | 885 | 816 | 27,91 | 27,78 | 107,99 |
| Итого за ОБЕД - 145-30 руб. | | | | | | |

Зам. директора

Зав. производством

Калькулятор