

МЕНЮ
на 10 декабря 2024 года



№ п/п	наименование блюда	для нельготной категории											
		с 7-11 лет выход ,гр.	Белки,г.	Жиры,г.	Углеводы,г.	ЭН/ц	цена порции	с 11-17 лет выход ,гр.	Белки,г.	Жиры,г.	Углеводы,г.	ЭН/ц	цена порции
ЗАВТРАК													
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	205	7,2	9,8	29	198		255	9	12	36	260,5	
2	Сыр полутвердый	40	5,2	5,2	0	69,1		40	5,2	5,2	0	69,1	
3	Чай с сахаром с лимоном	207	0,1	0	17	61		207	0,1	0	17	61	
4	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8		10	0,1	8,2	0,1	74,8	
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	20	94		50	3,8	0,4	25	117,5	
Итого за прием пищи		502	15,6	23,5	66,1	496,9	0	562	18,2	25,8	78,1	582,9	0
		для льготной категории											
ЗАВТРАК													
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес"	205	7,2	9,8	29	198		255	9	12	36	260,5	
2	Сыр полутвердый	40	5,2	5,2	0	69,1		40	5,2	5,2	0	69,1	
3	Чай с сахаром с лимоном	207	0,1	0	17	61		207	0,1	0	17	61	
4	Масло сливочное	10	0,1	8,2	0,1	74,8		10	0,1	8,2	0,1	74,8	
5	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	20	94		50	3,8	0,4	25	117,5	
Итого за прием пищи		502	15,6	23,5	66,1	496,9	0	562	18,2	25,8	78,1	582,9	0
ОБЕД													
1	Салат из свежих огурцов	60	0,4	6,1	5,4	61,2		100	0,8	10	9	102	
2	Борщ с капустой с картофелем с говядиной	222,5	5,1	7,9	18	127,56		272,5	5,5	8,9	23	146,56	
3	Шницель из говядины паровой с том/соусом	140	15	5,4	16	212,70		150	18	5,6	20	262,70	
4	Рис отварной	150	3,7	4,2	34	180		180	4,2	5	37	224	
5	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	27	110		200	0,5	0	27	110	
6	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	20	94		50	3,8	0,4	25	117,5	
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	14	72,4		50	3,3	0,6	17	90,5	
Итого за прием пищи		852,5	30,3	24,4	134,4	857,86	0	1002,5	36,1	30,5	158	1053,26	0
Итого за день		1354,5	45,9	47,9	200,5	1354,76	0	1564,5	54,3	56,3	236,1	1636,16	0

Зав.столовой

Тюсиф

М.А.Тангочина