

23 декабря 2024 г.



МЕНЮ  
 на 24 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
<b>ЗАВТРАК</b>												
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
<b>Итого за прием пищи</b>		<b>502</b>	<b>15,6</b>	<b>23,5</b>	<b>66,1</b>	<b>496,9</b>	<b>0</b>	<b>562</b>	<b>18,2</b>	<b>25,8</b>	<b>78,1</b>	<b>582,9</b>
<b>для льготной категории</b>												
<b>ЗАВТРАК</b>												
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
<b>Итого за прием пищи</b>		<b>502</b>	<b>15,6</b>	<b>23,5</b>	<b>66,1</b>	<b>496,9</b>	<b>0</b>	<b>562</b>	<b>18,2</b>	<b>25,8</b>	<b>78,1</b>	<b>582,9</b>
<b>ОБЕД</b>												
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
<b>Итого за прием пищи</b>		<b>852,5</b>	<b>30,3</b>	<b>24,4</b>	<b>134,4</b>	<b>857,86</b>	<b>0</b>	<b>1002,5</b>	<b>36,1</b>	<b>30,5</b>	<b>158</b>	<b>1053,26</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1354,5</b>	<b>45,9</b>	<b>47,9</b>	<b>200,5</b>	<b>1354,76</b>	<b>0</b>	<b>1564,5</b>	<b>54,3</b>	<b>56,3</b>	<b>236,1</b>	<b>1636,16</b>

Зав.столовой

*М.А.Тангочина*

М.А.Тангочина