

МЕНЮ
На 17.11.2023 года 5 день

Возрастная категория от 7 до 11 лет						
Завтрак						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Фрукты (яблоки)	100	0,4	0,4	9,8	47	17,78
Каша молочная «Дружба»	200	5	5,8	24,1	168,9	13,86
Батон с маслом 40/10	50	4,4	7,9	27,4	191	12,95
Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,6	118,6	1,68
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4	13
Итого	585	16,32	18,05	90,38	584,05	59,27
Обед						
Наименование блюда	Выход, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Салат из свежих помидор	80	0,88	4,89	3,65	62,1	27,3
Щи из свежей капусты с картоф и сметаной	200/5	1,51	4,76	6,52	79,8	10,3
Каша вязкая пшеничная	150	4	4,24	24,55	152,4	8,55
Тефтели из свинины и риса с соусом	130	8,22	19	13,72	263,5	62,95
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8	16,9
Хлеб пшеничный	35	2,24	0,28	17,22	80,36	2,35
Хлеб ржаной	35	1,92	0,35	16,48	76,75	2,39
ИТОГО	835	20,98	34,09	86,28	789,93	130,74

Старший повар _____



