

МЕНЮ 1 день
На 23.10.2023 года

Возрастная категория от 7 до 11 лет

Завтрак

| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб. |
|--------------------------------------|-------------|-------|-------|----------|-----------------------------------|------------|
| Фрукты свежие (яблоки) | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 9,1 |
| Рагу из птицы(бройлер цыпл)70/180 | 150 | 13,3 | 12,21 | 21,7 | 297,1 | 49,22 |
| Бутерброд с сыром 35/20 | 55 | 6,47 | 7,48 | 17,22 | 139,4 | 16,39 |
| Чай с лимоном 200/7/7 | 200 | 0,3 | 0 | 6,7 | 27,9 | 5,28 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,92 | 0,24 | 14,76 | 68,88 | 2,02 |

82,01

Обед

| Наименование блюда | Выход, г | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Цена, руб. |
|--|-------------|--------------|-------------|---------------|-----------------------------------|---------------|
| Нарезка из свежих огурцов | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 7,2 | 6,55 |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/5 | 205 | 1,54 | 4,74 | 8,95 | 91 | 11,55 |
| Каша вязкая ячневая | 150 | 3,24 | 4,22 | 20,82 | 134,2 | 25,65 |
| Шницель из свинины с соусом 90/54 | 144 | 12,4 | 17,8 | 16,47 | 369 | 58,63 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0,1 | 10,2 | 42,5 | 5,6 |
| Хлеб пшеничный | 35 | 2,24 | 0,28 | 17,22 | 80,36 | 1,68 |
| Хлеб ржаной | 35 | 1,92 | 0,35 | 16,48 | 76,75 | 2,39 |
| ИТОГО | 1454 | 43,98 | 47,8 | 153,54 | 1358,33 | 112,05 |

Старший повар _____

