



МЕНЮ 3 день  
 25.10.2023

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	9,1
Нарезка из соленых огурцов	60	0,48	0,06	1,02	6	6,55
Омлет с сыром	150	17,92	16,9	2,55	347,4	57,55
Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	86	11,53
Хлеб пшеничный	25	1,6	0,2	12,3	57,4	1,68
Кондитерское изд. Печенье сахарное	30	2,2	2,9	22,2	105,6	3,78
						90,18
Обед						
Наименование блюда	Выхо д, г	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Цена, руб.
Нарезка из свежих помидор	60	0,66	0,12	2,28	13,1	6,55
Суп из овощей со смет.200/5	205	1,37	4,79	7,52	84,2	9,59
Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,51	26,44	168,4	17,98
Биточек из говядины с соусом 90/54	144	15,08	18,04	16,47	291,6	88,4
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	1364	50,61	48,09	165,27	1379,21	144,16

Старший повар \_\_\_\_\_

