

МЕНЮ 1 день  
На 09.10.2023 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

**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
<b>ИТОГО</b>	<b>1454</b>	<b>43,98</b>	<b>47,8</b>	<b>153,54</b>	<b>1358,33</b>	<b>112,05</b>

Старший повар \_\_\_\_\_



