



МЕНЮ

23.12.2022

МЕНЮ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

| Номер рецептуры | Наименование | Вес блюда (гр) | Энергетическая ценность, ККал | Белки | Жиры | Углеводы |
|--|---|----------------|-------------------------------|--------------|--------------|---------------|
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 5/2008 | БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ ВАРЕНОЙ | 25/35 | 105 | 3,63 | 6,78 | 13,36 |
| 235/386/2010 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ КЛЮКВЕННЫМ | 180 | 329 | 13,10 | 10,90 | 37,20 |
| 378/2011 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 105 | 1,52 | 1,35 | 25,90 |
| к/к/ | МАНДАРИН | 100 | 38 | 0,75 | | 7,50 |
| Итого за ЗАВТРАК - 87-45 руб. | | 540 | 577 | 19,00 | 19,03 | 83,96 |
| ОБЕД | | | | | | |
| 41/2008 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) | 60 | 54 | 0,72 | 3,12 | 5,70 |
| 95/2008 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ | 200/5 | 81 | 2,50 | 4,11 | 11,02 |
| 298/2008 | ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ | 90 | 265 | 13,90 | 13,64 | 30,69 |
| 125/2008 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | 150 | 139 | 3,00 | 5,76 | 18,82 |
| 394/2008 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 200 | 118 | 0,20 | 0,20 | 27,90 |
| к/к/ | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 72 | 3,20 | 1,70 | 13,40 |
| к/к/ | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 72 | 2,00 | 1,16 | 12,99 |
| Итого за ОБЕД - 131-17 руб. | | 770 | 801 | 25,52 | 29,69 | 120,52 |
| КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД | | | | | | |
| 27/2008 | САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ | 100 | 174 | 9,10 | 13,70 | 3,50 |
| 95/2008 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ | 250/10/10 | 133 | 5,78 | 7,38 | 10,56 |
| 455/1996 | ШНИЦЕЛЬ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ | 100 | 378 | 17,40 | 11,09 | 38,30 |
| 335/2008 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180/5 | 206 | 3,72 | 10,60 | 24,36 |
| 394/2008 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 200 | 118 | 0,20 | 0,20 | 27,90 |
| к/к/ | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 60 | 108 | 4,80 | 2,55 | 20,10 |
| 451/2008 | ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ | 100 | 243 | 5,50 | 5,20 | 43,80 |
| к/к/ | БАНАН СВЕЖИЙ | 200 | 105 | 3,00 | 1,00 | 42,00 |
| Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 218-62 руб. | | 1 215 | 1 465 | 49,50 | 51,72 | 210,52 |

Зам. директора



Зав. производством

Калькулятор