



## МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

26.09.2023

2 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Шницель из свинины рубленый	100	11,08	29	12,4	354
Картофельное пюре	150	3,31	5	22,08	148
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	35	2,63	1	17,99	92
Булочка домашняя с сахаром	50	4,53	5	30,72	184
Итого за Завтрак	550	21,75	40	98,22	839
<b>Обед</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,87	4	8,96	84
Гуляш из свинины 50/50	100	11,34	29	4,5	322
Макароны отварные	180	7,56	5	48,21	271
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	30	1,98		10,02	52
Батон йодированный	25	1,88	1	12,86	66
Итого за Обед	800	24,83	39	99,57	856
<b>Полдник</b>					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Пирожок с яблоками	60	3,64	4	31,58	173
Итого за Полдник	360	4,04	4	61,58	308
Итого за день		50,62	83	259,37	2 003

Директор  
Бухгалтер-калькулятор  
Зав. производством

Солнышкина О.И.

Саблюкова Г.А.