



## МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

29.09.2023

5 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Биточек мясной "Сочный"	100	13,22	21	13,22	295
Макароны отварные	180	7,56	5	48,21	271
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	35	2,63	1	17,99	92
Печенье в асс.	20	1,1	7	11,9	111
Итого за Завтрак	550	24,71	34	106,35	830
<b>Обед</b>					
Рассольник Ленинградский с перловкой 250	250	2,43	5	18,92	120
Плов со свиной	250	14,83	30	54,01	545
Помидор	35	0,39		1,33	8
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	30	1,98		10,02	52
Батон йодированный	20	1,5	1	10,28	52
Итого за Обед	800	21,33	36	107,59	838
<b>Полдник</b>					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Пирожок с конфитуром	60	3,77	4	25,03	148
Итого за Полдник	360	4,17	4	55,03	283
Итого за день		50,21	74	268,97	1 951

Директор  
Бухгалтер-калькулятор  
Зав. производством

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Солнышкина О.И.

Саблюкова Г.А.