



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

27.10.2023

5 день, 1 недели

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| 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 |
| Обед | | | | | |
| Рассольник Ленинградский с перловкой 250 | 250 | 2,43 | 5 | 16,92 | 120 |
| Плов со свининой | 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 |
| Полдник | | | | | |
| 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.