



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

02.12.2023

6 день, 1 недели

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| Медальон из курицы | 90 | 19,41 | 13 | 19,32 | 272 |
| Картофельное пюре | 150 | 3,31 | 5 | 22,08 | 148 |
| Помидор | 60 | 0,66 | | 2,28 | 14 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Батон йодированный | 35 | 2,63 | 1 | 17,99 | 92 |
| Итого за Завтрак | 550 | 26,21 | 19 | 76,7 | 587 |
| Обед | | | | | |
| Суп картофельный с яйцом | 250 | 3,86 | 6 | 19,98 | 148 |
| Гуляш из свинины 50/50 | 100 | 11,34 | 29 | 4,5 | 322 |
| Спагетти отварные | 180 | 7,35 | 5 | 50,27 | 283 |
| Чай с сахаром 200/15 | 215 | 0,2 | | 15,03 | 61 |
| Хлеб ржаной | 35 | 2,31 | | 11,69 | 61 |
| Батон йодированный | 20 | 1,5 | 1 | 10,28 | 52 |
| Итого за Обед | 800 | 26,56 | 41 | 111,75 | 927 |
| Полдник | | | | | |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | | | 20,2 | 88 |
| Яблоко 1 шт | 130 | 0,52 | 1 | 12,74 | 61 |
| Слойка с конфитюром | 60 | 3,61 | 12 | 23,62 | 215 |
| Итого за Полдник | 390 | 4,13 | 13 | 56,56 | 364 |
| Итого за день | | 56,9 | 73 | 245,01 | 1 878 |

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Солнышкина О.И.

Саблюкова Г.А.