



Утверждаю
Л.А. Ибрагимова

МЕНЮ
на 15.05.2024

День: Среда
Возраст: 7-11 лет

Неделя: вторая Сезон: Весенний

| № рецеп. | Прием пищи/наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Пищевая ценность |
|----------------|--|--------------|------------------|------|-------|------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| 212 | Омлет с колбасой или сосисками | 200 | 16,8 | 17,9 | 5,35 | 246 |
| 386 | Йогурт 2.5% | 200 | 3,62 | 5,79 | 24 | 162 |
| 262 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,2 | 0,04 | 10,2 | 41 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| | Стоимость | | 80 | | | |
| ОБЕД | | | | | | |
| 12 | Салат из консервированной кукурузы | 100 | 2,88 | 6,18 | 8,04 | 99,3 |
| 14 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250 | 4,45 | 6,23 | 4,8 | 168,53 |
| 196 | Курица запеченная | 100 | 28,95 | 24 | 0,09 | 332,16 |
| 679 | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 9,94 | 7,48 | 47,78 | 307,26 |
| 236 | Компот из свежих фруктов | 200 | 0,2 | 0,1 | 17,2 | 68 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,24 | 29,52 | 141 |
| | Стоимость | | 119 | | | |

| № рецеп. | Прием пищи/наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Пищевая ценность |
|-----------------|--|--------------|------------------|------|-------|------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| ЗАВТРАК | | | | | | |
| Возраст: | 11-17 лет | | | | | |
| 212 | Омлет с колбасой или сосисками | 200 | 16,8 | 17,9 | 5,35 | 246 |
| 386 | Йогурт 2.5% | 200 | 3,62 | 5,79 | 24 | 162 |
| 262 | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,2 | 0,04 | 10,2 | 41 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| | Стоимость | | 80 | | | |
| ОБЕД | | | | | | |
| 12 | Салат из консервированной кукурузы | 100 | 2,88 | 6,18 | 8,04 | 99,3 |
| 14 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250 | 4,45 | 6,23 | 4,8 | 168,53 |
| 196 | Курица запеченная | 100 | 28,95 | 24 | 0,09 | 332,16 |
| 679 | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 9,94 | 7,48 | 47,78 | 307,26 |
| 236 | Компот из свежих фруктов | 200 | 0,2 | 0,1 | 17,2 | 68 |
| 108 | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,24 | 29,52 | 141 |
| | Стоимость | | 119 | | | |