



Меню на «20» сентября 2022 г.

Возрастная категория 7-11 лет

| Завтрак | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | цена за порцию руб |
|-------------------------|------------------|----------------------|------|------|--------------------------------|--------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Каша пшеничная с изюмом | 200/10 | 5.9 | 10.0 | 46.3 | 298.9 | 30.10 |
| Сыр (порциями) | 15 | 3.5 | 4.4 | 0.0 | 54.6 | 11.03 |
| Сок фруктовый | 180 | 0.9 | 0.2 | 18.2 | 82.8 | 13.00 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1.9 | 0.1 | 12.6 | 59.2 | 3.00 |
| Хлеб ржаной | 25 | 1.7 | 0.3 | 10.0 | 50.3 | 3.00 |
| Итого за завтрак: | | 13.9 | 15.0 | 87.1 | 545.8 | |

Цена 60 рублей 13 копеек

| Обед | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | цена за порцию руб |
|-------------------------------|------------------|----------------------|------|------|--------------------------------|--------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Салат из белокочанной капусты | 30 | 0.5 | 1.5 | 2.7 | 27.0 | 9.80 |
| Рассольник ленинградский | 200 | 1.9 | 4.1 | 13.2 | 97.8 | 12.50 |
| Печень по-строгановски | 50/50 | 13.6 | 10.8 | 7.5 | 189.1 | 29.70 |
| Каша рассып. гречневая с м/сл | 150/5 | 8.6 | 9.4 | 38.3 | 271.5 | 12.00 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0.1 | 0.1 | 9.5 | 40.7 | 5.00 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3.0 | 0.3 | 20.0 | 94.7 | 4.00 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1.4 | 0.3 | 8.0 | 40.2 | 3.00 |
| Итого за обед: | | 29.1 | 26.5 | 99.3 | 761.0 | |

Цена 76 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

| Завтрак | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | цена за порцию руб |
|-------------------------|------------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|--------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Каша пшеничная с изюмом | 200/10 | 5.9 | 10.0 | 46.3 | 298.9 | 30.10 |
| Сок фруктовый | 200 | 1.0 | 0.2 | 20.2 | 92.0 | 13.00 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4.6 | 0.4 | 30.1 | 142.1 | 3.00 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2.7 | 0.5 | 15.9 | 80.4 | 3.00 |
| Кондитерские изделия | 20 | 1.5 | 2.0 | 14.9 | 83.4 | 4.90 |
| Итого за завтрак: | | 15.7 | 13.1 | 127.4 | 696.8 | |

Цена 55.00 рублей

| Обед | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | цена за порцию руб |
|-------------------------------|------------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|--------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Салат из белокочанной капусты | 50 | 0.7 | 2.5 | 4.6 | 44.9 | 9.80 |
| Рассольник ленинградский | 250 | 2.3 | 5.3 | 16.4 | 122.4 | 12.50 |
| Печень по-строгановски | 50/50 | 13.6 | 10.8 | 7.5 | 189.1 | 29.70 |
| Каша рассып. гречневая с м/сл | 180/5 | 10.0 | 10.3 | 44.5 | 310.2 | 12.00 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0.1 | 0.1 | 9.5 | 40.7 | 5.00 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3.1 | 0.3 | 20.0 | 94.7 | 4.00 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1.3 | 0.3 | 7.9 | 40.2 | 3.00 |
| Итого за обед: | | 31.2 | 29.7 | 110.5 | 842.3 | |

Цена 76 рублей