

УТВЕРЖДАЮ
ООО «ФЕНИКС»



МБОУ
«КОЛОДЕЗЯНСКАЯ»

СОГЛАСОВАНО
Директор

Меню на « 07 марта 2025 г.

10

возрастная категория 7-11 лет

| Завтрак | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Цена порции |
|---|------------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным | 200 | 6.11 | 10.72 | 32.38 | 251.0 | 42.05 |
| Кисель из яблок | 200 | 0.11 | 0.12 | 25.1 | 119.2 | 18.00 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1.9 | 0.2 | 12.3 | 58.5 | 3.00 |
| Хлеб ржаной | 25 | 2.0 | 0.37 | 10.0 | 51.5 | 3.00 |
| Фрукты свежие | 100 | 0.4 | 0.4 | 9.8 | 44.0 | 12.00 |
| Итого за завтрак: | 550 | 10.52 | 11.81 | 89.58 | 524.2 | |

Цена 78 рублей 05 копеек

| Обед | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | цена порцию |
|-----------------------------|------------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Овощи натуральные по сезону | 60 | 0.4 | 0 | 1.0 | 7.8 | 20.00 |
| Суп овощной | 200 | 1.3 | 4.0 | 7.3 | 76.2 | 19.00 |
| Плов из птицы | 200 | 16.6 | 21.3 | 40.8 | 422.1 | 49.00 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0.1 | 0.1 | 9.5 | 40.7 | 10.00 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4.56 | 0.48 | 29.52 | 140.4 | 6.00 |
| Хлеб ржаной | 30 | 2.4 | 0.47 | 12.0 | 61.8 | 3.00 |
| Итого за обед: | 730 | 25.36 | 26.35 | 100.12 | 749.0 | |

Цена 107 рублей

возрастная категория 12-18 лет

| Завтрак | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | цена 3 порцию |
|---|------------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом сливочным | 210 | 6.11 | 10.72 | 32.38 | 251.0 | 43.00 |
| Булочка «Домашняя» | 100 | 7.3 | 12.5 | 43.9 | 318.0 | 18.00 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0.12 | 0 | 14.5 | 21.6 | 7.00 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3.04 | 0.32 | 19.68 | 93.6 | 6.00 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1.6 | 0.31 | 8.0 | 41.2 | 3.00 |
| Итого за завтрак: | 570 | 18.17 | 23.85 | 118.46 | 725.4 | |

Цена 77 рублей

| Обед | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | цена 3 порцию |
|-----------------------------|------------------|----------------------|------|--------|--------------------------------|---------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Овощи натуральные по сезону | 100 | 0.8 | 0 | 1.6 | 13.0 | 19.00 |
| Суп овощной | 250 | 1.6 | 5.0 | 9.1 | 95.4 | 19.00 |
| Плов из птицы | 250 | 20.7 | 26.6 | 51.0 | 527.6 | 50.00 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0.1 | 0.1 | 9.5 | 40.7 | 10.00 |
| Хлеб пшеничный | 60 | 4.56 | 0.48 | 19.52 | 140.4 | 6.00 |
| Хлеб ржаной | 40 | 3.2 | 0.62 | 16.0 | 82.4 | 3.00 |
| Итого за обед: | 880 | 30.96 | 32.8 | 106.72 | 899.5 | |

Цена 107 рублей