

УТВЕРЖДАЮ
ООО ФЕНИКС

СОГЛАСОВАНО

Директор

ШКОЛА

Меню на « 10 » апреля 2025 г.

4

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак

Масса
порции,
гр

Б

Ж

У

Энергетическая
ценность
(ккал)

цена за пор
руб

Овощи натуральные по сезону

60

0.66

0.12

2.28

8.8

13.00

Омлет натуральный с м/сл

116

10.78

19.2

10.04

264.0

37.05

Кофейный напиток с молоком

200

2.8

2.5

13.6

88.0

12.00

Хлеб пшеничный

30

2.28

0.24

14.76

70.2

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

10.00

Итого за завтрак:

531

18.92

22.83

60.48

526.5

Цена 78 рублей 05 копеек

Обед

Масса
порции,
гр

Б

Ж

У

Энергетическая
ценность
(ккал)

цена за пор
руб

Винегрет овощной

60

0.84

6.03

4.37

75.0

16.00

Суп картофельный с бобовыми

200

4.6

4.4

15.2

117.8

20.00

Тефтели рыбные

110

10.4

9.6

12.9

181.6

31.00

Рис отварной с м/сл

150/5

3.77

5.55

37.9

216.69

15.00

Сок фруктовый

180

0.9

0.2

18.2

82.2

16.00

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:

795

27.1

29.48

113.79

832.8

Цена 107 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

Завтрак

Масса
порции,
гр

Б

Ж

У

Энергетическая
ценность
(ккал)

цена за пор
руб

Овощи натуральные по сезону

100

1.1

0.2

3.8

22.0

13.00

Омлет натуральный с м/сл

116

10.78

19.2

10.04

264.0

36.00

Кофейный напиток с молоком

180

2.5

2.2

15.1

79.2

12.00

Хлеб пшеничный

30

2.28

0.24

14.76

70.2

3.00

Хлеб ржаной

25

2.0

0.37

10.0

51.5

3.00

Фрукты свежие

100

0.4

0.4

9.8

47.0

10.00

Итого за завтрак:

551

19.06

22.61

63.5

533.9

Цена 77 рублей

Обед

Масса п-
ции, гр

Б

Ж

У

Энергетическая
ценность
(ккал)

цена за пор
руб

Винегрет овощной

100

1.4

10.04

7.29

125.1

16.00

Суп картофельный с бобовыми

250

5.8

5.4

19.0

147.3

20.00

Тефтели рыбные

110

10.4

9.6

12.9

181.6

31.00

Рис отварной с м/сл

180/5

4.5

6.63

45.24

258.63

15.00

Сок фруктовый

180

0.9

0.2

18.2

82.2

16.00

Хлеб пшеничный

60

4.65

0.48

29.52

140.4

6.00

Хлеб ржаной

40

3.2

0.63

16.0

82.4

3.00

Итого за обед:

925

30.85

33.34

148.15

1017.63

Цена 107 рублей