УТВЕРЖДАЮ
ООО ФЕНИКС

СОГЛАСОВАНО
Директор

Меню на « 12 » ноября 2026 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	8.50
Омлет натуральный	116	10.78	19.2	10.04	264.0	42.55
Кофейный напиток с молоком	200	2.8	2.5	13.6	88.0	18.00
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.56	70.2	2.50
Хлеб ржаной	20	1.4	0.2	6.7	34.8	2.00
Фрукты свежие	120	0.48	0.48	11.76	52.8	12.00
Итого за завтрак:	546	18.4	22.74	58.94	518.6	
					Цена 85 рублей 55 копеек	
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г) Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
Салат «Осенний»	60	1.02	3.18	7.44	62.94	9.50
Суп картофельный с бобовыми	200	4.6	4.4	15.2	117.8	18.00
Филе минтая припущенное	100	17.1	8.2	0.9	146.0	51.50
Рис отварной	150	3.77	5.55	37.9	216.69	15.00
Чай с сахаром	180	0.1	0.0	13.05	19.44	7.00
Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.4	3.50
Хлеб ржаной	30	2.1	0.3	10.0	52.2	2.50
Итого за обед:	780	33.25	22.11	114.01	755.47	
					Цена 107 рублей	
Возрастная категория 12-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г) Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
Овощи натуральные по сезону	100	1.1	0.2	3.8	14.7	13.50
Омлет натуральный с м/сл	156	14.5	26.2	13.5	355.0	61.00
Кофейный напиток с молоком	200	2.8	2.5	13.6	88.0	18.00
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.2	2.50
Хлеб ржаной	20	1.4	0.2	6.7	34.8	2.00
Фрукты свежие	120	0.48	0.48	11.76	52.8	12.00
Итого за завтрак:	626	22.48	29.74	62.16	606.7	
					Цена 109 рублей	
Обед	Масса п-ции, гр	Пищевые вещества (г) Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
Салат «Осенний»	100	1.7	5.3	12.4	104.9	12.00
Суп картофельный с бобовыми	250	5.8	5.5	19.0	147.3	22.00
Филе минтая припущенное	100	17.1	8.2	0.9	146.0	51.50
Рис отварной	180	4.5	6.62	45.24	258.63	19.50
Чай с сахаром	180	0.1	0.0	13.05	19.44	7.00
Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	140.4	3.50
Хлеб ржаной	40	2.8	0.4	13.4	69.6	2.50
Итого за обед:	910	36.56	26.5	133.51	886.27	
					Цена 118 рублей	