

Неделя: 1
День: 2



МЕНЮ
на 30 декабря 2025г

возрастная категория «12-18 лет»

сезон «осенне-зимний»

Наименование блюд и кулинарных изделий с указанием основных ингредиентов	Выход, г	Б, г	Ж, г	У, г	Энергетическая ценность, Ккал	Цена, руб
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	100	1,51	5,08	9,27	89,80	5,8
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ОВОЩАМИ	180	4,02	6,68	28,28	190,48	11,86
КОТЛЕТА РАДУЖНАЯ	100	9,58	10,71	10,45	197,85	59,73
СОК ФРУКТОВЫЙ /ЯБЛОЧНЫЙ/	180	0,87	0,17	17,63	75,08	7,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	3,94
ИТОГО за завтрак:	600	19,03	22,89	85,70	647,94	89,00
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПО СЕЗОНУ /АПЕЛЬСИН/	100	0,90	0,20	8,00	47,00	18,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ / ГРЕНКИ 250/20	270	5,19	4,72	18,57	142,53	10,32
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	6,89	6,50	36,06	273,83	11,16
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ОВОЩАМИ ПОД СЫРНЫМ СОУСОМ	100	8,19	17,26	1,63	168,00	54,23
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,00	2,43	14,75	93,49	9,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,58	0,37	30,11	142,09	3,28
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	2,85
ИТОГО за обед:	950	31,40	31,83	126,08	948,52	109,04
ИТОГО за полдник:						

Заведующий производством_____