



1 неделя 2 день

МЕНЮ

30 октября 2025 год

Возрастная категория 7-11 лет

Наименование блюда	Масса порций	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
Завтрак						
Винегрет овощной	60	5,88	1	4	4	57
Плов из птицы	200	40,95	15	10,3	35,7	295
Чай с лимоном	200	3,29	0,1	0,0	15,2	62
Хлеб пшеничный	30	3,30	2,4	0,3	14,5	70,5
шоколад	20	24	1,2	7	10	110
Итого:	510	77,47	19,7	21,6	79,4	594,5
Обед						
Салат из квашеной капусты	60	9,74	1	3	5,1	51,4
Суп картофельный с клецками	200	10,36	2,9	3,7	15	115,4
Рыба тушенная в томате с овощами	100	40,72	11,4	4,9	3,8	108
Пюре картофельное	150	15,20	3,1	4,8	20,4	137,3
Кисель из сока плодового	200	8,21	0,3	0	36,2	145
Хлеб пшеничный	40	4,40	3,2	0,4	19,3	94
Хлеб ржаной	20	2,4	1,1	0,2	9,9	46
Фрукты свежие яблоки	100	12	0,4	0,4	9,8	44
Итого:	870	102,73	23,4	17,4	119,5	741,1