



МЕНЮ
12 сентября 2025 г.

Возрастная категория 7 - 11 лет

10 день

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб.	Пищевые вещества			Экспертная числовая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Бутерброд с сыром	50	30,32	5,8	8,3	14,83	157
Каша молочная рисовая	200	23,31	5,71	10,33	40,9	280
Чай с лимоном	200	4,84	0,2	0	16	65
Итого:	450	58,47	11,71	18,63	71,73	502
ОБЕД						
Овощи натуральные (огурец)	60	17,39	0,5	0	2	9,6
Борщ со сметаной	205	16,77	1,53	6	18,5	147
Рыба жареная (запеченая)	90	79,42	13,6	13,8	2,7	190,8
Рагу из овощей	150	25,66	3,45	7,65	16,05	145,5
Сок фруктовый	200	12,6	1	0	24,4	101,6
Хлеб пшеничный	40	3,04	3,04	0,32	19,68	93,76
Хлеб ржаной	30	2,4	1,98	0,36	11,88	51,24
Итого:	775	157,28	25,1	28,13	95,21	739,5