



МЕНИО ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛ, В Т.Ч. ДЕТИ С ОВЗ И ДЕТИ-ИНВАЛИДЫ, ДЕТИ МОБИЛИЗОВАННЫХ

12 декабря 2022 г.

Сезон (лето-осень)

1 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена/руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	200	11,07	1,90	6,50	8,50	101,20
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	14,00	4,40	4,00	18,30	164,00
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (ЙОГУРТ)	190	35,00	5,30	4,80	8,60	107,40
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	110	11,00	0,40	0,40	10,80	51,70
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,80	2,30	0,20	15,10	71,00
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	1,30	0,20	8,50	40,80
Итого за прием пищи:	600	74,17	15,60	16,00	69,70	536,10
Полдник						
БУТЕРБРОД ГОРЯЧИЙ С СЫРОМ	50	62,67	8,90	9,70	19,00	163,80
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	100	10,00	0,40	0,40	9,80	47,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,50	0,10	0,00	9,80	39,70
Итого за прием пищи:	350	74,17	9,30	10,10	38,60	250,50
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	60	6,12	0,50	0,10	1,50	8,10
СУП-ЛАПША "ДОМАШНЯЯ"	200	13,50	2,10	3,20	2,10	88,70
МЯСО, ТУШЕННОЕ С КАПУСТОЙ(50/100)	150	55,44	11,70	16,90	16,90	276,50
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ (НЕ КРЕМОВЫЕ)	35	5,80	2,50	3,30	25,30	141,60
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	180	18,00	0,90	0,20	17,60	75,10
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,00	3,80	0,30	25,10	118,40
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,95	2,00	0,30	12,70	61,20
Итого за прием пищи:	705	103,81	23,40	24,20	101,20	769,60