



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

16 ноября 2022 г.

Сезон (лето-осень)

3 ДЕНЬ 1 НЕДЕЛЯ						
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена/руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	8,00	1,90	3,00	1,10	61,00
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	35,27	4,60	8,50	11,00	178,50
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	16,50	4,70	3,60	19,30	129,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	1,30	0,20	8,50	40,80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,10	2,70	0,20	17,60	82,90
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	110	11,00	0,40	0,30	11,30	51,70
Итого за прием пищи:	615,00	74,17	15,60	15,90	68,70	544,60
Полдник						
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	150	64,17	11,30	10,40	31,90	221,50
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	10,00	0,00	0,00	6,80	27,10
Итого за прием пищи:	350	74,17	11,30	10,40	38,60	248,60
Обед						
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	60	6,12	0,50	0,10	1,50	8,10
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ(200/5)	205	14,20	1,70	4,60	2,80	91,40
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ(50/50)	100	34,57	11,40	13,40	12,80	229,40
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	15,00	3,20	4,70	21,40	145,90
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	110	11,00	0,40	0,30	11,30	51,70
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	1,92	2,00	0,30	12,70	61,20
Итого за прием пищи:	885	103,81	23,90	23,90	105,20	781,20