

« 13 » декабря 2024 г

**МЕНЮ 2 неделя 5 день**

| Наименование                                   | Выход,<br>г. | Белки,<br>г. | Жиры,<br>г.  | Уг-ды г.      | Энерг.<br>Цен., г. |
|------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------|
| <b><u>ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)</u></b>               |              |              |              |               |                    |
| Запеканка из творога                           | 40           | 7,33         | 5,20         | 7,20          | 102,50             |
| Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным | 160          | 5,20         | 7,10         | 26,70         | 224,00             |
| Чай с вареньем                                 | 180          | 0,20         | 0,00         | 14,70         | 58,30              |
| Йогурт 2,5% жирности                           | 125          | 3,50         | 3,13         | 5,64          | 70,64              |
| Батон нарезной обогащенный микр.               | 25           | 1,57         | 0,61         | 14,87         | 87,92              |
| <b>Итого завтрак:</b>                          |              | <b>17,80</b> | <b>16,04</b> | <b>69,11</b>  | <b>543,36</b>      |
| <b><u>ОБЕД (7-11 ЛЕТ)</u></b>                  |              |              |              |               |                    |
| Винегрет овощной                               | 60           | 0,86         | 6,10         | 5,64          | 77,53              |
| Суп с крупой и говядиной                       | 200/10       | 2,75         | 5,60         | 16,70         | 189,30             |
| Сердце в соусе                                 | 100          | 11,41        | 7,48         | 5,00          | 118,11             |
| Каша гречневая рассыпчатая                     | 150          | 7,72         | 6,40         | 36,98         | 206,00             |
| Напиток из плодов шиповника                    | 180          | 0,29         | 0,13         | 19,00         | 79,47              |
| Батон нарезной обогащенный микр.               | 20           | 1,25         | 0,49         | 8,57          | 70,33              |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.         | 40           | 2,65         | 0,35         | 16,96         | 81,58              |
| <b>Итого обед:</b>                             |              | <b>26,93</b> | <b>26,55</b> | <b>108,85</b> | <b>822,32</b>      |
| <b><u>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)</u></b>     |              |              |              |               |                    |
| Винегрет овощной                               | 100          | 1,40         | 7,20         | 6,69          | 97,83              |
| Суп с крупой и говядиной                       | 250/10       | 4,88         | 6,80         | 20,79         | 201,36             |
| Сердце в соусе                                 | 100          | 11,41        | 7,48         | 5,00          | 118,11             |
| Каша гречневая рассыпчатая                     | 180          | 8,40         | 7,15         | 39,00         | 239,45             |
| Напиток из плодов шиповника                    | 180          | 0,29         | 0,13         | 19,00         | 79,47              |
| Йогурт 2,5% жирности                           | 125          | 3,50         | 3,13         | 5,64          | 70,64              |
| Батон нарезной обогащенный микр.               | 20           | 1,25         | 0,49         | 8,57          | 70,33              |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.         | 40           | 2,65         | 0,35         | 16,96         | 81,58              |
| Кондитерские изделия                           | 35           | 0,98         | 3,16         | 18,06         | 106,41             |
| <b>Итого комплексный обед:</b>                 |              | <b>34,76</b> | <b>35,89</b> | <b>139,71</b> | <b>1065,18</b>     |

Заведующий производством

*Ляско*