

Меню на 16 июня 2022 года

Для детей от 6,5 до 10 лет

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Цена, руб
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Вареники с творогом с маслом	205	15,2	15,5	68,5	380,6	27,20
Чай с сахаром и лимоном	180	0,1	0	16,6	33	5,0
Хлеб пшеничный	40	5,0	0,8	30,2	138	3,7
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,0	19,0
Итого завтрак	525	20,7	16,7	125,1	663,6	
Дополнительное питание						
Молоко	200	3,2	3,2	14,38	122,84	20,7
Итого:		3,2	3,2	14,38	122,84	
Обед						
Щи со свежей капустой и тушеной говядиной	200	4	4	10,2	126	19,37
Котлета мясная (п/ф) с соусом	90	7,36	7,36	5,12	125	22,40
Каша гречневая	150	7,86	7,86	29,3	314	15,10
Компот из с/м ягод	200	0,1	0	18,1	57	6,0
Хлеб пшеничный	40	8,2	1,2	42,0	211,6	3,7
Помидор свежий	60	0,8	0	3,0	15	7,0
Итого обед	740	28,32	20,42	107,72	848,6	148,54

Для детей старше 10 лет и до 15 лет (включительно)

Приём пищи, наименование блюда	Масса порций (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	Цена, руб
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Вареники с творогом с маслом	250	15,2	15,5	68,5	380,6	45,20
Чай с сахаром и лимоном	200	0,1	0	16,6	33	6,0
Хлеб пшеничный	50	5,0	0,8	30,2	138	3,7
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,0	19,0
Итого завтрак	500	20,7	16,7	125,1	663,6	
Обед						
Щи со свежей капустой и тушеной говядиной	250	4	4	10,2	126	28,41
Котлета мясная (п/ф) с соусом	90	7,36	7,36	5,12	125	26,40
Каша гречневая	200	7,86	7,86	29,3	314	20,10
Компот из с/м ягод	200	0,1	0	18,1	57	6,0
Хлеб пшеничный	40	8,2	1,2	42,0	211,6	3,7
Помидор свежий	60	0,8	0	3,0	15	9,0
Итого обед	840	28,32	20,42	107,72	848,6	167,51