

Меню 03 июля 2025 года (Дети с 6,5 до 10 лет)

| Приём пищи, наименование блюда    | Масса порций (гр) | Пищевые вещества (гр) |       |        | Энергетич. ценность Ккал | Цена, руб. |
|-----------------------------------|-------------------|-----------------------|-------|--------|--------------------------|------------|
|                                   |                   | Б                     | Ж     | У      |                          |            |
| Завтрак:                          |                   |                       |       |        |                          |            |
| Вареники с творогом и маслом      | 200/50            | 14,3                  | 18,2  | 84,6   | 380,6                    | 20,0       |
| Батон                             | 50                | 3,48                  | 1,56  | 19,8   | 140,6                    | 10,0       |
| Чай с лимоном и сахаром           | 200               | 0,3                   | 0,1   | 9,5    | 40,0                     | 5,0        |
| Итого завтрак                     | 500               | 18,08                 | 19,86 | 113,9  | 561,2                    | 35         |
| Обед:                             |                   |                       |       |        |                          |            |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 200               | 6,07                  | 8,0   | 7,39   | 83,2                     | 30,97      |
| Котлета мясная п/ф                | 90                | 13,9                  | 10,4  | 14,1   | 205,9                    | 44,0       |
| Соус белый                        | 50                | 1,6                   | 1,2   | 4,5    | 35,3                     | 13,0       |
| Макароны отварные                 | 180               | 7,1                   | 6,6   | 43,7   | 224,4                    | 20,0       |
| Хлеб пшеничный                    | 50                | 3,8                   | 0,4   | 24,6   | 117,0                    | 5,0        |
| Кисель-фруктово-ягодный           | 200               | 0,1                   | 0     | 14,0   | 56,8                     | 5,0        |
| Итого обед:                       | 770               | 32,57                 | 26,6  | 108,29 | 722,6                    | 117,97     |
| Полдник                           |                   |                       |       |        |                          |            |
| Сдобный калач                     | 50                | 2,76                  | 15,0  | 29,0   | 130,0                    | 35,0       |
| Сок фруктовый                     | 200               | 1,0                   | 0,2   | 25,4   | 105,6                    | 35,0       |
| Итого полдник:                    | 250               | 3,76                  | 15,2  | 54,4   | 235,6                    | 70         |
| . Итого за день:                  | 1520              | 54,41                 | 61,66 | 276,59 | 1519,4                   | 222,97     |

(Дети старше 10 лет)

| Приём пищи, наименование блюда    | Масса порций (гр) | Пищевые вещества (гр) |       |       | Энергетич. ценность Ккал | Цена, руб. |
|-----------------------------------|-------------------|-----------------------|-------|-------|--------------------------|------------|
|                                   |                   | Б                     | Ж     | У     |                          |            |
| Завтрак:                          |                   |                       |       |       |                          |            |
| Вареники с творогом и маслом      | 250/50            | 17,9                  | 22,8  | 105,8 | 475,8                    | 40,0       |
| Батон                             | 50                | 3,48                  | 1,56  | 19,8  | 140,6                    | 10,0       |
| Чай с лимоном и сахаром           | 200               | 0,3                   | 0,1   | 9,5   | 40,0                     | 5,0        |
| Итого завтрак                     | 550               | 21,68                 | 24,46 | 135,1 | 656,4                    | 55         |
| Обед:                             |                   |                       |       |       |                          |            |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 250               | 7,6                   | 10,0  | 9,2   | 104,0                    | 39,47      |
| Котлета мясная п/ф                | 90                | 13,9                  | 10,4  | 14,1  | 205,9                    | 44,0       |
| Соус белый                        | 50                | 1,6                   | 1,2   | 4,5   | 35,3                     | 13,0       |
| Макароны отварные                 | 180               | 7,1                   | 6,6   | 43,7  | 224,4                    | 20,0       |
| Хлеб пшеничный                    | 50                | 3,8                   | 0,4   | 24,6  | 117,0                    | 5,0        |
| Кисель-фруктово-ягодный           | 200               | 0,1                   | 0     | 14,0  | 56,8                     | 5,0        |
| Итого обед:                       | 820               | 34,1                  | 28,6  | 110,1 | 743,4                    | 126,47     |
| Полдник                           |                   |                       |       |       |                          |            |
| Сдобный калач                     | 50                | 2,76                  | 15,0  | 29,0  | 130,0                    | 35,0       |
| Сок фруктовый                     | 200               | 1,0                   | 0,2   | 25,4  | 105,6                    | 35,0       |
| Итого полдник:                    | 250               | 3,76                  | 15,2  | 54,4  | 235,6                    | 70         |
| Итого за день:                    | 1620              | 59,54                 | 68,26 | 299,6 | 1635,4                   | 251,47     |