

Меню 15 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:						
Суп молочный гречневый	220	7,46	9,85	21,35	285,8	20,0
Батон с маслом и сыром	50/10/20	6,9	9,0	10,0	149,0	10,0
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,1	9,5	40,0	5,0
Итого завтрак	500	14,66	18,95	40,85	474,8	35
Обед:						
Суп рыбный из консервов	200	9,9	4,8	15,55	144,6	29,47
Тефтели п/ф с соусом	80/20	13,0	13,2	7,3	179,7	55,5
Картофельное пюре	180	4,26	8,08	30,66	234,0	28,0
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,0	10,0
Компот из свежих ягод	200	0,1	0,1	11,1	86,0	5,0
Итого обед:	730	31,06	26,58	89,21	761,3	127,97
Полдник						
Оладьи с джемом	100	7,5	8,2	48,9	230,0	25,0
Снежок	200	6,0	5,0	22,0	156,0	35,0
Итого полдник:	300	13,5	13,2	70,9	386,0	60
Итого за день:	1570	59,22	58,76	200,96	1657,4	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:						
Суп молочный гречневый	250	8,5	11,2	24,3	324,8	30,0
Батон с маслом и сыром	50/10/20	6,9	9,0	10,0	149,0	15,0
Чай с лимоном и сахаром	200	0,3	0,1	9,5	40,0	5,0
Итого завтрак	530	15,7	20,3	43,8	513,8	50
Обед:						
Суп рыбный из консервов	250	12,4	6,0	19,4	180,8	39,47
Тефтели п/ф с соусом	80/20	13,0	13,2	7,3	179,7	59
Картофельное пюре	180	4,26	8,08	30,66	234,0	28,0
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	117,0	10,0
Компот из свежих ягод	200	0,1	0,1	11,1	86,0	5,0
Итого обед:	780	33,56	27,78	93,06	797,5	141,47
Полдник						
Оладьи с джемом	100	7,5	8,2	48,9	230,0	25,0
Снежок	200	6,0	5,0	22,0	156,0	35,0
Итого полдник:	300	13,5	13,2	70,9	386,0	60
Итого за день:	1610	62,76	61,28	207,76	1697,3	251,47