

Меню 17 июня 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