

15 марта 2023 года


МЕНЮ
15 03 2023 г.

Возрастная категория 7-11 лет, ОВЗ и инвалиды

Пример пищи	Наименование блюда	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб.	Стоимость услуги, руб.	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 8 Завтрак	Салат из моркови	60	0,75	3,73	3,89	52,30	107,11	22,00	129,11
	Рыба запеченная	65	9,80	6,70	2,50	131,09			
	Картофель отварной	140	2,66	4,25	19,78	130,66			
	Кофейный напиток на молоке	200	6,50	5,10	18,44	145,09			
	Хлеб пшеничный водированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88			
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	7,92	34,16				
Итого за завтрак:		505	22,55	20,18	62,37	540,18			
Обед	Салат из капусты белокочанной и свеклы	60	0,94	3,11	3,27	81,50	59,27	22,00	81,27
	Суп-лапша домашняя	200	2,25	4,26	11,05	96,93			
	Биточек из кур	75	11,36	11,09	10,10	126,40			
	Соус белый основной	20	0,54	0,08	0,88	32,50			
	Каша пшеничная вязкая	150	4,18	3,75	24,98	150,96			
	Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00			
	Хлеб пшеничный водированный	40	3,04	0,32	19,68	93,76			
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	11,88	51,24			
	Фрукты свежие	110	0,44	0,44	9,79	44,30			
	Итого за обед:		885	24,83	23,41	106,83			

Возрастная категория 12-17 лет, ОВЗ и инвалиды

Пример пищи	Наименование блюда	Выход	Пищ. ценность			Энерг. ценность	Стоимость блюда, руб.	Стоимость услуги, руб.	Всего, рублей
			Б	Ж	У				
День 8 Завтрак	Салат из моркови	80	1,00	4,97	5,19	69,73	72,98	22,00	94,98
	Рыба запеченная	80	11,06	7,25	3,08	161,34			
	Картофель отварной	140	2,66	4,25	19,78	130,66			
	Кофейный напиток на молоке	200	6,50	5,10	18,44	145,09			
	Хлеб пшеничный водированный	35	2,66	0,28	17,22	82,04			
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,30	9,90	42,70				
Итого за завтрак:		560	25,53	22,15	73,61	631,56			
Обед	Салат из капусты белокочанной и свеклы	60	0,94	3,11	3,27	81,50	68,69	22,00	90,69
	Суп-лапша домашняя	250	2,81	5,33	13,81	121,16			
	Биточек из кур	90	13,63	13,31	12,12	152,04			
	Соус белый основной	20	0,54	0,08	0,88	32,50			
	Каша пшеничная вязкая	180	5,02	4,50	29,98	181,15			
	Чай с лимоном	200	0,40	0,00	15,30	62,40			
	Хлеб пшеничный водированный	50	3,80	0,40	24,60	117,20			
	Хлеб ржано-пшеничный	36	2,38	0,43	14,26	61,49			
	Фрукты свежие	110	0,44	0,44	9,79	44,30			
Итого за обед:		996	29,96	27,60	124,01	853,74			

Зав. производством ООО "Здоровое питание"  Е.И. Подушка

