



МЕНЮ 14 июня 2023 г.

7-10 лет

Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	17,25	8,8	9,2	34,7	257
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	4,41	0,1	8,3	0,1	75
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	14,67	3,4	4,4		58
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	5,94	0,3	0,1	15,2	62
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,04	2,6	0,4	17	82
Итого		48,31	15,2	22,4	67	529
Обед						
АПЕЛЬСИН	250	112,00	2,3	0,5	20,3	108
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	11,62	4,6	8,7	39,1	252
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	13,39	1,3	0,1	11,3	52
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/5	26,98	6,1	14,7	10,3	200
ПТИЦА ТУШЕНАЯ	100	43,54	23,5	24,4	1,9	324
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	9,10	3,6	4,6	37,7	206
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	50,00	1	0,2	19,6	83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	6,04	2,6	0,4	17	82
Итого '		272,66	45	53,6	157,2	1307
Всего		320,98	60,2	76	224,2	1836