







Меню на 23.10.2024 г.

7 день от 6 - 10 лет

| | Завтрак | вес | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность | Цена |
|-------------|--------------------------------------|----------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| 54-66м-2020 | Тефтели из говядины с рисом и соусом | 60 | 9 | 9 | 4,9 | 134 | 30,45 |
| 54-11г-2020 | Картофельное пюре | 150 | 3,1 | 6 | 19,7 | 145,8 | 11,86 |
| 54-1хн-2020 | компот из сухофруктов | 200 | 1 | 0 | 20 | 81 | 8,80 |
| Пром. | Хлеб в ассортименте | 30 | 2 | 0,4 | 11,9 | 58,7 | 1,8 |
| | Пряники | 40 | 2,8 | 3,1 | 34,1 | 116,5 | 8,54 |
| | Итого за завтрак | 480 | 17,9 | 18,5 | 90,6 | 536 | 61,45 |
| 54-21з-2020 | Кукуруза сахарная | 50 | 0,8 | 0,1 | 4,1 | 20,9 | 20 |
| 54-3с-2020 | рассольник Ленинградский | 200 | 4,7 | 6,2 | 13,6 | 129,4 | 14 |
| 54-22м-2020 | Рагу из курицы | 200 | 21 | 7 | 17,5 | 217,3 | 37,01 |
| 54-2гм-2020 | чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,8 | 1,18 |
| | Банан | 150 | 3,2 | 0,2 | 39,2 | 106,8 | 17,26 |
| Пром. | Хлеб в ассортименте | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 2,73 |
| | Итого за Обед | 860 | 33,9 | 14,2 | 104,6 | 618,6 | 92,18 |
| | ЗАВТРАК | | | | | | |
| | от 11 - 18 лет | | | | | | |
| 54-66м-2020 | Тефтели из говядины с рисом и соусом | 90 | 13 | 13,2 | 7,3 | 200,3 | 36,44 |
| 54-11г-2020 | картофельное пюре | 200 | 4,1 | 8,1 | 26,4 | 194,4 | 14,66 |
| 54-1хн-2020 | компот из сухофруктов | 200 | 1 | 0 | 20 | 81 | 9,47 |
| Пром. | Хлеб в ассортименте | 30 | 2 | 0,4 | 11,9 | 58,7 | 2,2 |
| Пром. | Пряники | 40 | 2,8 | 3,1 | 34,1 | 116,5 | 8,68 |
| | | 560 | 22,9 | 24,8 | 99,7 | 650,9 | 71,45 |
| 54-21з-2020 | Кукуруза сахарная | 0,062 | 0,8 | 0,1 | 4,1 | 20,9 | 20 |
| 54-3с-2020 | рассольник Ленинградский | 250 | 5,87 | 7,75 | 122,4 | 161,8 | 15 |
| 54-22м-2020 | Рагу из курицы | 250 | 26,2 | 8,8 | 21,9 | 271,6 | 49,98 |
| 54-2гм-2020 | чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,8 | 2,18 |
| | банан | 150 | 3,2 | 0,2 | 39,2 | 106,8 | 16,97 |
| Пром. | Хлеб в ассортименте | 60 | 4 | 0,7 | 23,8 | 117,4 | 3,03 |
| | Итого за Обед | 910,062 | 40,27 | 17,55 | 217,8 | 705,3 | 107,16 |