



Меню на 20.09.2024 г.

4 день от 6 - 10 лет

	Завтрак	вес	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
54-6м-2020	Биточки из говядины	75	13,7	13,6	12,3	226,4	28,50
54-1г-2020	Макароны отварные с соусом	200	6,95	6,85	37,25	238,55	8,68
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	4,4	12,5	107,2	13,47
Пром.	Печенье	40	7	7,8	40,8	168,7	9,00
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	1,8
	Итого за Завтрак	545	34,25	33,05	114,75	799,55	61,45
	Обед						
54-21з-2020	Кукуруза сахарная	40	0,8	0,1	4,1	20,9	10,5
54-2с-2020	Борщ с капустой свежей с мясом и сметаной	200	4,7	6,1	10,1	114,3	11,25
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	80	12	12,5	1,9	168,2	47,08
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,9	26,5	176	10,58
54-21хн-2020	Кисель из брусники	200	0,1	0,1	14,9	60,7	10,53
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4	2,24
	Итого за Обед	730	26,1	25,4	81,3	657,5	92,18

от 11 - 18 лет

	Завтрак	вес	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
54-6м-2020	Биточки из говядины	75	13,7	13,6	12,3	226,4	37,30
54-1г-2020	Макароны отварные	350	8,75	8,75	48,15	305,85	13,11
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	4,4	12,5	107,2	10,90
Пром.	вафли	40	7	7,8	40,8	168,7	8,40
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	1,74
	Итого за Завтрак	695	36,05	34,95	125,65	866,85	71,45
	Обед						
54-21з-2020	Кукуруза сахарная	40	0,8	0,1	4,1	20,9	10,5
54-2с-2020	Борщ с капустой свежей с мясом и сметаной	250	5,9	7,6	12,6	142,8	12,16
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	100	15	15,6	2,4	210,2	54,08
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	200	6	7,7	35,3	234,6	13,46
54-21хн-2020	Кисель из брусники	200	0,1	0,1	14,9	60,7	13,53
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4	3,43
	Итого за Обед	850	31,8	31,8	93,1	786,6	107,16



