



Меню на 15.01.2025 г.

5 день от 6 - 10 лет

	Завтрак	вес	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	Цена
54-12м-2020	Плов с курицей	200	27,3	8,1	33,2	314,6	35,51
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,5	11,2	91,2	13,09
	Яблоко	100	2	0	12	59	14,05
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	1,87
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>530</b>	<b>35,1</b>	<b>12</b>	<b>68,3</b>	<b>523,5</b>	<b>64,52</b>
	<b>Обед</b>						
	Горошек зеленый						9,93
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129	15,87
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	14	5,3	200,5	32,77
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9	14,05
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	3,62
	Банан	150	3,2	0,2	39,2	106,8	17,66
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4	2,89
	<b>Итого за Обед</b>	<b>840</b>	<b>37,6</b>	<b>26,2</b>	<b>124,7</b>	<b>820,5</b>	<b>96,79</b>

от 11 - 18 лет

54-12м-2020	Плов с курицей	250	34	10,1	41,5	393,4	40,96
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,5	11,2	91,2	16,84
	Яблоко	100	2	0	12	59	14,12
Пром.	Хлеб в ассортименте	45	3	0,5	17,8	88	3,1
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>595</b>	<b>42,8</b>	<b>14,1</b>	<b>82,5</b>	<b>631,6</b>	<b>75,02</b>
	<b>Обед</b>						
	Горошек зеленый						10,93
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,8	5,4	17,4	161,3	23,76
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	14	5,3	200,5	32,39
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,9	9,3	47,9	318,6	22,05
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	2,72
	Банан	150	3,2	0,2	39,2	106,8	17,78
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4	2,89
	<b>Итого за Обед</b>	<b>940</b>	<b>42,5</b>	<b>29,7</b>	<b>140,2</b>	<b>932,5</b>	<b>112,52</b>



