



Меню на 28.01.2025 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	31,50
54-1г-2020	Макароны отварные с соусом	200	6,95	6,85	37,25	238,55	8,75
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
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>545</b>	<b>34,25</b>	<b>33,05</b>	<b>114,75</b>	<b>799,55</b>	<b>64,52</b>
	<b>Обед</b>						
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	15,25
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	11,19
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
	<b>Итого за Обед</b>	<b>730</b>	<b>26,1</b>	<b>25,4</b>	<b>81,3</b>	<b>657,5</b>	<b>96,79</b>

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	37,80
54-1г-2020	Макароны отварные	350	8,75	8,75	48,15	305,85	14,11
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	4,6	4,4	12,5	107,2	11,47
Пром.	вафли	40	7	7,8	40,8	168,7	10,40
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	1,74
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>695</b>	<b>36,05</b>	<b>34,95</b>	<b>125,65</b>	<b>866,85</b>	<b>75,02</b>
	<b>Обед</b>						
54-21з-2020	Кукуруза сахарная	40	0,8	0,1	4,1	20,9	10,86
54-2с-2020	Борщ с капустой свежей с мясом и сметаной	250	5,9	7,6	12,6	142,8	15,16
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	100	15	15,6	2,4	210,2	41,04
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	200	6	7,7	35,3	234,6	14,46
54-21хн-2020	Кисель из брусники	200	0,1	0,1	14,9	60,7	14,53
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4	3,43
	<b>Итого за Обед</b>	<b>850</b>	<b>31,8</b>	<b>31,8</b>	<b>93,1</b>	<b>786,6</b>	<b>112,52</b>



