



Меню на 28.04.2025 г.

3 день от 6 - 10 лет

|             | Завтрак                            |            | Белки       | Жиры        | Углеводы     | Калорийность | Цена         |
|-------------|------------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| 54-22м-2020 | Рагу из курицы                     | 200        | 21          | 7           | 17,5         | 235          | 42,68        |
| 54-2г-2020  | Чай с сахаром                      | 200        | 0,2         | 0           | 6,4          | 80           | 3,97         |
| Пром.       | банан                              | 120        | 2           | 0           | 50           | 135          | 15,07        |
| Пром.       | Хлеб в ассортименте                | 30         | 2           | 0,4         | 11,9         | 66           | 2,80         |
|             | <b>Итого за Завтрак</b>            | <b>550</b> | <b>25,2</b> | <b>7,4</b>  | <b>85,8</b>  | <b>516</b>   | <b>64,52</b> |
|             | <b>Обед</b>                        |            |             |             |              |              |              |
| 54-2з-2020  | огурец в нарезке                   | 80         | 0,6         | 0,1         | 2            | 11,3         | 5,7          |
| 54-8с-2020  | Суп картофельный с горохом         | 200        | 6,7         | 4,6         | 16,3         | 133,1        | 12,02        |
| 54-6г-2020  | Рис отварной                       | 150        | 3,6         | 5,4         | 36,4         | 208,7        | 10,47        |
| 54-7р-2020  | Рыба припущенная в молоке (минтай) | 80         | 10,5        | 6,1         | 2,3          | 106,7        | 25,37        |
| Пром.       | Сок                                | 200        | 0,2         | 0           | 24           | 50           | 35           |
| Пром.       | вафли сливочные                    | 40         | 7           | 7,8         | 40,8         | 168,7        | 4,74         |
| Пром.       | Хлеб в ассортименте                | 60         | 4           | 0,7         | 23,8         | 117,4        | 3,49         |
|             | <b>Итого за Обед</b>               | <b>810</b> | <b>32,6</b> | <b>24,7</b> | <b>145,6</b> | <b>795,9</b> | <b>96,79</b> |

от 11 - 18 лет

|             | Завтрак                            |            | Белки       | Жиры        | Углеводы     | Калорийность | Цена          |
|-------------|------------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|---------------|
| 54-22м-2020 | Рагу из курицы                     | 250        | 26,2        | 8,8         | 21,9         | 271,7        | 49,03         |
| 54-2г-2020  | Чай с сахаром                      | 200        | 0,2         | 0           | 6,4          | 26,8         | 2,72          |
| Пром.       | апельсин                           | 100        | 1           | 0           | 8            | 43           | 17,50         |
| Пром.       | Хлеб в ассортименте                | 30         | 2           | 0,4         | 11,9         | 58,7         | 2,2           |
|             | <b>Итого за Завтрак</b>            | <b>580</b> | <b>29,4</b> | <b>9,2</b>  | <b>48,2</b>  | <b>400,2</b> | <b>71,45</b>  |
|             | <b>Обед</b>                        |            |             |             |              |              |               |
| 54-2з-2020  | огурцы в нарезке                   | 100        | 1,1         | 0,1         | 3,6          | 12           | 7,68          |
| 54-8с-2020  | Суп картофельный с горохом         | 250        | 8,4         | 5,7         | 20,3         | 166,4        | 11,80         |
| 54-6г-2020  | Рис отварной                       | 200        | 4,8         | 7,2         | 48,6         | 278,3        | 16,12         |
| 54-7р-2020  | Рыба припущенная в молоке (минтай) | 80         | 10,5        | 6,1         | 2,3          | 106,7        | 31,73         |
| Пром.       | вафли сливочные                    | 40         | 7           | 7,8         | 40,8         | 168,7        | 7,3           |
| Пром.       | Сок                                | 200        | 0,2         | 0           | 24           | 50           | 35,00         |
| Пром.       | Хлеб в ассортименте                | 60         | 4           | 0,7         | 23,8         | 117,4        | 2,89          |
|             | <b>Итого за Обед</b>               | <b>930</b> | <b>36</b>   | <b>27,6</b> | <b>163,4</b> | <b>899,5</b> | <b>112,52</b> |



