



Меню на 29.01.2024 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	11,09
	Яблоко	100	2	0	12	59	13,05
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	1,8
	Итого за Завтрак	530	35,1	12	68,3	523,5	61,45
	Обед						
	Горошек зеленый						9,93
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129	13,87
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	13,05
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	2,62
	Банан	150	3,2	0,2	39,2	106,8	17,05
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4	2,89
	Итого за Обед	840	37,6	26,2	124,7	820,5	92,18

от 11 - 18 лет

54-12м-2020	Плов с курицей	250	34	10,1	41,5	393,4	40,39
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	3,5	11,2	91,2	15,84
	Яблоко	100	2	0	12	59	13,12
Пром.	Хлеб в ассортименте	45	3	0,5	17,8	88	2,1
	Итого за Завтрак	595	42,8	14,1	82,5	631,6	71,45
	Обед						
	Горошек зеленый						9,93
54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,8	5,4	17,4	161,3	21,76
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	14	5,3	200,5	31,39
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,9	9,3	47,9	318,6	21,05
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	17,42
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4	2,89
	Итого за Обед	940	42,5	29,7	140,2	932,5	107,16



