



### Меню на «05» февраля 2024 года

Прием пищи	Блюдо	Выход порции, г.	Цена	Пищевые вещества			
				Белки	Жир.	Углев.	Калл.
Завтрак (6-10 лет)	Омлет натуральный с маслом (ц.м.)	160/5	51,06	9,74	18,12	46,82	388,5
	Какао на ц.м.	200	9,03	4,07	3,54	17,57	118,6
	Апельсин	180	25,24	0,14	0,14	6,7	118,6
	Хлеб пшеничный	30	2,45	2,28	0,27	14,07	69,3
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,63	1,27	0,22	8,03	40,5
	<b>ИТОГО:</b>			<b>89,41</b>	<b>17,5</b>	<b>22,29</b>	<b>93,19</b>
Завтрак (11-18 лет)	Омлет натуральный с маслом (ц.м.)	160/5	51,06	9,74	18,12	46,82	388,5
	Какао на ц.м.	200	9,03	5,08	4,6	0,28	62,8
	Апельсин	180	25,24	4,07	3,54	17,57	118,6
	Хлеб пшеничный	50	4,08	0,14	0,14	6,7	15,46
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,45	3,08	0,45	23,45	115,5
	<b>ИТОГО:</b>			<b>91,86</b>	<b>22,11</b>	<b>26,85</b>	<b>94,82</b>
Обед (6-11 лет)	Суп лапша домашняя на курином бульоне	250/20	16,78	2,57	5,54	11,62	115,75
	Котлеты из цыплят	100	35,53	11,18	9,8	0,8	109,5
	Картофельное пюре на ц.м.	150	9,16	3,09	4,85	14,14	113
	Сок фруктовый	200	12,4	1		25,4	105,5
	Хлеб пшеничный	40	3,26	2,28	0,27	14,07	69,3
	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,45	1,91	0,31	12,04	60,75
	Апельсин	180	25,24	4,07	3,54	17,57	118,6
	<b>ИТОГО:</b>			<b>104,82</b>	<b>26,1</b>	<b>24,31</b>	<b>95,64</b>
Обед (12-18 лет)	Суп лапша домашняя на курином бульоне	250/20	16,78	2,57	5,54	11,62	115,8
	Котлеты из цыплят	100	35,53	11,18	9,8	0,8	109,5
	Картофельное пюре на ц.м.	180	10,99	3,7	5,82	16,9	135
	Сок фруктовый	200	12,4	1		25,4	105,5
	Хлеб пшеничный	70	5,71	5,32	0,56	32,89	161,7
	Хлеб ржано-пшеничный	70	5,71	4,46	0,73	28,1	141,8
	Апельсин	180	25,24	4,07	3,54	17,57	118,6
	<b>ИТОГО:</b>			<b>112,36</b>	<b>32,3</b>	<b>25,99</b>	<b>133,28</b>
Полдник	Молоко кипячёное на ц.м.	200	14,28	0,06	0,02	16,6	69,3
	Апельсин	180	25,24	4,07	3,54	17,57	118,6
	<b>ИТОГО:</b>			<b>39,52</b>	<b>4,53</b>	<b>3,57</b>	<b>39,97</b>