

МЕНЮ на 16.11 2022гОрганизованное питание
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!1 неделя 3 день
ЗАВТРАК 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|--|-----------|-------|-------|-------|-------------|---------------------------|
| Запеканка из творога с рисом и сгущенным молоком | 180/20 | 28,40 | 15,62 | 45,53 | 437,02 | 81,76 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 | |
| Вафли | 35 | 0,62 | 0,81 | 6,14 | 34,40 | |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,10 | 3,44 | 23,21 | 134,55 | |

ЗАВТРАК 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|--|-----------|-------|-------|-------|-------------|---------------------------|
| Запеканка из творога с рисом и сгущенным молоком | 250/15 | 36,70 | 22,90 | 41,50 | 517,60 | 95,08 |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 | |
| Вафли | 35 | 0,62 | 0,81 | 6,14 | 34,40 | |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,10 | 3,44 | 23,21 | 134,55 | |

ОБЕД 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|-----------------------------|----------|-------|-------|-------|-------------|---------------------------|
| Помидоры свежие порционно | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,22 | 12,00 | 122,66 |
| Суп картофельный с клецками | 200/20 | 1,94 | 3,10 | 12,38 | 83,92 | |
| Гуляш из говядины | 90 | 15,46 | 15,83 | 4,24 | 220,81 | |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 6,90 | 3,45 | 32,40 | 177,00 | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 | |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 | |
| Напиток из облепихи | 200 | 0,30 | 1,35 | 26,35 | 120,00 | |

ОБЕД 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|-----------------------------|-----------|-------|-------|-------|-------------|---------------------------|
| Помидоры свежие порционно | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,70 | 20,00 | 142,59 |
| Суп картофельный с клецками | 250/20 | 1,70 | 1,62 | 11,10 | 65,40 | |
| Гуляш из говядины | 110 | 18,90 | 19,35 | 5,19 | 269,88 | |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 8,28 | 4,14 | 38,88 | | |
| Хлеб пшеничный | 50 | 4,05 | 0,50 | 24,40 | 121,00 | |
| Хлеб ржаной | 50 | 6,50 | 1,50 | 20,00 | 125,00 | |
| Напиток из облепихи | 200 | 0,30 | 1,35 | 26,35 | 120,00 | |

ПОЛДНИК 7-11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|--------------------------------------|-----------|------|-------|-------|-------------|---------------------------|
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 15/10/20 | 6,49 | 13,71 | 7,99 | 180,70 | 61,33 |
| Чай черный с сахаром и ягодами | 200 | 0,68 | 1,28 | 24,42 | 111,87 | |

ПОЛДНИК 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | ВЫХОД, гр | Б | Ж | У | ЭЦ, ккал | Стоимость комплекса, руб. |
|--------------------------------------|-----------|------|-------|-------|-------------|---------------------------|
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 15/10/20 | 6,49 | 13,71 | 7,99 | 180,70 | 71,29 |
| Чай черный с сахаром и ягодами | 200 | 0,68 | 1,28 | 24,42 | 111,87 | |