



### МЕНЮ

14.10.2022

#### МЕНЮ РАЦИОНОВ ПИТАНИЯ ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ РОДИТЕЛЕЙ

Номер рецептуры	Наименование	Вес блюда (гр)	Энергетическая ценность, ККал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>ЗАВТРАК</b>						
5/2008	БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ ВАРеноЙ	40	105	3,63	6,78	13,36
235/386/2010	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ КЛЮКВЕННЫМ	180	329	13,10	10,90	37,20
378/2011	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	105	1,52	1,35	25,90
к/к/	МАНДАРИН	100	38	0,75		7,50
<b>Итого за ЗАВТРАК - 87-45 руб.</b>		<b>520</b>	<b>577</b>	<b>19,00</b>	<b>19,03</b>	<b>83,96</b>
<b>ОБЕД</b>						
41/2008	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (1-ый ВАРИАНТ)	60	54	0,72	3,12	5,70
95/2008	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	81	2,50	4,11	11,02
298/2008	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ	90	265	13,90	13,64	30,69
125/2008	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	139	3,00	5,76	18,82
394/2008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	118	0,20	0,20	27,90
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	72	3,20	1,70	13,40
к/к/	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	72	2,00	1,16	12,99
<b>Итого за ОБЕД - 131-17 руб.</b>		<b>770</b>	<b>801</b>	<b>25,52</b>	<b>29,69</b>	<b>120,52</b>
<b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД</b>						
27/2008	САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ	100	174	9,10	13,70	3,50
95/2008	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ ГОВЯДИНОЙ ОТВАРНОЙ	250/10/10	133	5,78	7,38	10,56
455/1996	ШНИЦЕЛЬ ИЗ ФИЛЕ КУРЫ	100	378	17,40	11,09	38,30
335/2008	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	206	3,72	10,60	24,36
394/2008	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	118	0,20	0,20	27,90
к/к/	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	108	4,80	2,55	20,10
451/2008	ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ	100	243	5,50	5,20	43,80
к/к/	БАНАН СВЕЖИЙ	200	105	3,00	1,00	42,00
<b>Итого за КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД - 218-62 руб.</b>		<b>1 215</b>	<b>1 465</b>	<b>49,50</b>	<b>51,72</b>	<b>210,52</b>

Зам. директора



Калькулятор