

УТВЕРЖДАЮ
ООО ФЕНИКС

СОГЛАСОВАНО
Директор

Меню на « 22 » ноября 2021 г.

Возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	
		Б	Ж	У		
Каша пшеничная с изюмом	200/10	8,19	11,9	46,19	326	
Кофейный напиток с молоком	180	3.0	2.2	12.6	82.6	
Хлеб пшеничный	40	3.1	0.2	20.1	94.7	
Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,5	
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.0	
Кондитерские изделия	20	1.5	2.0	14.9	83.4	
Итого за завтрак:		17,84	17,0	11,94	677,2	
Цена 60 рублей 13 копеек						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	60	1.0	3.0	5.5	54.0	2,00
Борщ с капустой и картофелем	200	1.4	4.0	9.7	80.5	7,90
Котлеты рублен из птицы с м/сл	90/5	14.9	21.3	13.3	304.5	23,80
Каша вязкая из крупы "Артек" с м/сл	150/5	4.0	4.0	23.3	144.4	9,00
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	40.7	3,70
Хлеб пшеничный	45	3,42	0,27	22,6	106,6	2,00
Хлеб ржаной	30	2.0	0.3	12.7	61.2	1,60
Итого за обед:		26,82	32,97	73,3	791,9	
Цена 50 рублей						
Возрастная категория 12-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			цена за порцию руб	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Каша пшеничная с изюмом	200/10	8,19	11,9	46,19	21,00	326
Кофейный напиток с молоком	180	3.0	2.2	12.6	10,00	82.6
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	3,00	118,4
Хлеб ржаной	35	2,31	0,42	11,69	2,00	60,9
Итого за завтрак:		17,3	14,82	95,58		587,9
Цена 36 руб.						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			цена за порцию руб	Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У		
Салат из белокочанной капусты	100	1,67	5,0	9,17	2,00	90,0
Борщ с капустой и картофелем	250	1.7	5.0	12.0	7,90	100.7
Котлеты рублен из птицы с м/сл	100/5	16.6	23.4	14.8	23,80	334.7
Каша вязкая из крупы "Артек" с м/сл	180/5	4.9	4.8	27.9	9,00	173.7
Компот из свежих плодов	180	0.1	0.1	9.5	3,70	40.7
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,2	2,00	142,0
Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	1,60	78,3
Итого за обед:		32,54	39,24	118,6		960,1
Цена 50 руб.						