

УТВЕРЖДАЮ
ООО ФЕНИКС

СОГЛАСОВАНО
Директор

Меню на « 21 » декабря 2021 г.

возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена порции
		Б	Ж	У		
Икра кабачковая консервированная	50	0,57	2,67	2,62	35,7	
Тефтели мясные	60/50	13.0	19.7	15.8	296.4	
Пюре картофельное с м/сл	150/5	3.4	8.3	21.6	174.3	
Чай с лимоном	180/6	0,12	0,02	15,2	61,7	
Хлеб пшеничный	40	3.1	0.2	20.1	94.7	
Хлеб ржаной	25	1,65	0,3	8,35	43,5	
Итого за завтрак:						
Цена 60 рублей 13 копеек						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена порции
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы отварной	60	0.9	3.7	4.9	56.1	5.0
Суп картофельный с бобовыми горох.	200	4.6	4.4	15.2	117.8	5.0
Птица, тушенная в соусе	50/50	16.1	17.2	2.7	236.8	23.0
Каша рассыпчатая гречневая с м/сл	150/5	8.7	5.7	39.4	244.2	7.0
Компот из сухофруктов	180	0.0	0.0	6.1	24.3	4.0
Хлеб пшеничный	45	3.42	0,27	22,6	106,6	3.0
Хлеб ржаной	20	1.3	0.2	8.5	40.8	2.0
Итого за обед:						
Цена 50 рублей						
возрастная категория 12-18 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена порции
		Б	Ж	У		
Птица отварная с м/сл	100/5	16.3	19.4	15.1	300.0	23.0
Каша вязкая из крупы «Артек» см/сл	180/5	3.9	9.2	25.1	197.7	5.0
Чай с лимоном	180/6	0,12	0,02	15,2	61,7	3.0
Хлеб пшеничный	50	3.8	0.3	25.1	118.4	3.0
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.6	2.0
Итого за завтрак:		26.76	29.4	93.86	747.7	
Цена 36 рублей						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена порции
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы отварной	100	1.5	6.1	8.2	93.4	5.0
Суп картофельный с бобовыми гороховый	250	5.8	5.4	19.0	147.3	5.0
Птица, тушенная в соусе	50/50	16.1	17.2	2.7	236.8	23.0
Каша рассыпчатая гречневая с м/сл	180/5	10.2	6.7	45.8	283.7	7.0
Компот из сухофруктов	180	0.0	0.0	6.1	24.3	4.0
Хлеб пшеничный	60	4.6	0.4	30.1	142.1	3.0
Хлеб ржаной	40	2.64	0.48	13.36	69.6	2.0
Итого за обед:		40,84	36,28	125,26	997,2	5.0
Цена 50 рублей						