



**МЕНЮ НА 08.12.23 г.  
(7-11 лет)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
<b>Завтрак</b>							
171	Каша рассыпчатая гречневая	150	4,82	2,03	37,69	258	15,98
290	Гуляш из куриного филе	20/30	12,25	11,18	2,98	105	35,58
349	Компот из смеси сухофруктов	200			18,16	73	7,58
ПР	Хлеб пшеничный	34	2,64	0,45	11,12	59	2,27
<b>II завтрак</b>							
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	9,89
<b>ОБЕД</b>							
45	Салат из капусты	60	0,79	4,07	9,58	86	4,20
96	Рассольник ленинградский	250	2,04	4,73	15,23	112	16,06
128	Картофельное пюре	180	3,54	4,78	23,52	151	17,01
229	Минтай тушеный с овощами	105	10,99	4,57	4,36	103	35,69
ПР	Сок	200			10	44	20,52
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,06
ПР	Хлеб ржаной	42	3,59	1,38	17,87	110	2,46

**МЕНЮ НА 08.12.23 г.  
(12 лет и старше)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
<b>Завтрак</b>							
171	Каша рассыпчатая гречневая	180	9,54	10,03	45,24	309	19,16
290	Гуляш из куриного филе	70/30	24,49	22,36	5,95	210	88,33
349	Компот из смеси сухофруктов	200			18,16	73	7,58
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,06