



**МЕНЮ НА 10.10.23 г.
(7-11 лет)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
Завтрак							
210	Омлет натуральный	150	12,34	19,33	2,6	303	54,25
376	Чай с сахаром	200	0,08	0,03	12,69	51	3,33
ПР	Хлеб рябинушка	51,5	4,08	1,02	27,03	132	3,83
II ЗАВТРАК							
ПР	Кондитерское изделие	1 шт	5,65	8,32	17,19	166	9,89
Обед							
40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,64	4,24	5,73	68	9,13
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	95	6,93
199	Пюре гороховое с маслом	150	13,82	6,16	31,65	237	12,21
290	Гуляш из куриного филе	75	18,37	16,77	4,46	158	57,88
ПР	Сок	200	0,75		20,57	108	11,33
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,28	6,73	36	1,35
ПР	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	8,5	52	1,17

**МЕНЮ НА 10.10.23 г.
(12 лет и старше)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
Завтрак							
210	Омлет натуральный	200	17,99	31,99	3,33	373	72,37
376	Чай с сахаром	200	0,08	0,03	12,69	51	3,33
ПР	Хлеб рябинушка	60	4,8	1,2	31,8	156	4,46