



**МЕНЮ НА 15.01.24 г.  
(7-11 лет)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
<b>Завтрак</b>							
175	Каша молочная из риса и пшена	200	5,79	10,65	31,89	248	23,08
382	Какао с молоком	200	3,54	3,43	23,82	140	17,09
ПР	Хлеб рябинушка	22	1,76	0,44	11,66	57	1,66
ПР	Йогурт в банке	95	3	2,4	14,3	130	22,80
<b>II ЗАВТРАК</b>							
ПР	Кондитерское изделие	1 шт	5,65	8,32	17,19	166	13,67
<b>Обед</b>							
67	Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75	9,23
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,32	72	6,59
260	Гуляш	55	5,81	14,36	1,62	159	54,74
199	Пюре гороховое с маслом	150	13,82	6,16	31,65	237	12,54
Пр	Сок	200	0,75		20,57	85	11,33
Пр	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,06
Пр	Хлеб ржаной	26	2,14	0,82	10,64	65	1,51

**МЕНЮ НА 15.01.24 г.  
(12 лет и старше)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
<b>Завтрак</b>							
175	Каша молочная из риса и пшена	250	6,76	12,34	47,03	326	26,57
382	Какао с молоком	200	3,54	3,43	23,82	140	17,09
ПР	Хлеб рябинушка	60	4,8	1,2	31,8	156	4,46
ПР	Йогурт в банке	95	3	2,4	14,3	130	22,80