



**МЕНЮ НА 19.01.24 г.  
(7-11 лет)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
<b>Завтрак</b>							
171	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	120	6,36	6,69	30,16	206	18,85
294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ	50	5,77	6,57	6,83	144	34,34
342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	27,88	115	8,73
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,2	0,56	13,47	72	2,71
<b>II ЗАВТРАК</b>							
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	13,67
<b>Обед</b>							
42	Салат картофельный с соленым огурцом	60	1,05	3,71	5,55	60	11,22
101	Суп картофельный с крупой	200	1,85	2,05	15,29	87	6,12
309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168	10,07
279	Тефтели 2-ой вариант	110	6,95	16,1	11,62	222	57,49
10	Сок	200	0,75		20,57	85	11,33
ПР	Хлеб пшеничный	38	3,04	0,54	12,78	68	2,60
ПР	Хлеб ржаной	20	1,7	0,66	8,5	52	1,17

**МЕНЮ НА 19.01.24 г.  
(12 лет и старше)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
<b>Завтрак</b>							
171	КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	180	9,54	10,04	45,24	309	28,27
294	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРИЦЫ	100	15,35	20,48	14,51	304	70,33
342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,16	27,88	115	8,73
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,8	0,84	20,21	108	4,06