



**МЕНЮ НА 20.10.23 г.
(7-11 лет)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168	10,50
290	Гуляш из куриного филе	25/30	13,47	12,3	3,27	116	40,04
342	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	115	7,88
ПР	Хлеб пшеничный	44	3,52	0,62	14,81	79	2,99
	II завтрак						
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	9,89
	ОБЕД						
45	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	60	0,79	4,07	9,58	86	4,17
96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,04	4,73	15,23	112	18,40
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	34,96
ПР	СОК В КОРОБКЕ	200			10	44	20,52
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,2	0,56	13,47	72	2,71
ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	38,3	3,23	1,27	16,15	99	2,23

**МЕНЮ НА 20.10.23 г.
(12 лет и старше)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
	Завтрак						
309	Макаронные изделия отварные	180	6,24	5,01	33,87	206	15,09
290	Гуляш из куриного филе	70/30	24,49	22,36	5,95	210	89,02
342	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	115	7,88
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,84	20,21	108	4,06