



**МЕНЮ НА 22.09.23 г.
(7-11 лет)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
Завтрак							
309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168	9,13
290	Гуляш из куриного филе	30/30	14,69	13,42	3,57	126	41,69
342	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	27,88	115	7,88
ПР	Хлеб пшеничный	40	3,2	0,56	13,47	72	2,71
II завтрак							
ПР	КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ	1 ШТ	5,65	8,32	17,19	166	9,89
ОБЕД							
67	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,19	8,9	6,7	112	16,64
96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	250	2,04	4,73	15,23	112	16,39
128	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,54	4,78	23,52	151	16,83
229	МИНТАЙ ТУШЕНЫЙ С ОВОЩАМИ	105	10,99	4,57	4,36	103	34,09
349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200			18,16	73	7,20
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	79	6,32	1,1	26,61	140	5,35
ПР	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	5,1	1,98	25,5	156	3,50

**МЕНЮ НА 22.09.23 г.
(12 лет и старше)**

№ рецептуры	Наименование	Выход (гр.)	Белки	Жиры	Углев оды	Энергетическая ценность (ккал)	Стоимость
Завтрак							
309	Макаронные изделия отварные	180	6,24	5,01	33,87	206	13,33
290	Гуляш из куриного филе	70/30	24,49	22,36	5,95	210	88,72
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