

# МЕНЮ

на 09.03.2021г

С 7 до 11 лет

ОВЗ с 7 до 11 лет

ВТОРНИК

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав, г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
<b>завтрак</b>						
Каша рисовая с маслом слив.	150/5	5,12	6,62	32,61	210,13	114
Бутерброд с сыром	20/15	5,73	5,78	15,09	132,00	377
Чай с/с	200	0,12	0,00	12,04	48,64	300
<b>Итого за завтрак</b>		<b>10,97</b>	<b>12,40</b>	<b>59,74</b>	<b>390,77</b>	
<b>Цена</b>	<b>28-50</b>					
<b>обед</b>						
Кура в соусе с томатом (филе)	40/40	23,01	27,75	3,62	356,19	210
Греча рассыпчатая	130	5,82	3,62	30,00	175,85	219
овощи свежие (помидор)	20	0,22	0,04	0,92	4,60	246
Чай с/с с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	294
Хлеб пшен. с микронутр	25	1,90	0,20	12,30	58,75	122
Мягкие вафли	40	1,8	6,00	24,00	156,00	
<b>Итого за обед</b>		<b>32,82</b>	<b>31,62</b>	<b>86,15</b>	<b>813,01</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>43,79</b>	<b>50,02</b>	<b>145,89</b>	<b>1203,78</b>	
<b>Цена</b>	<b>75-50</b>					

с 11 лет и старше

ОВЗ

Наименование блюда	Вес блюда, г	Химический состав, г			Энергет. ценность, ккал	№ рецеп
		Белки	Жиры	Углевод		
Кура в соусе с томатом (филе)	40/40	23,01	27,75	3,62	356,19	210
Греча рассыпчатая	160	6,04	3,76	31,20	182,88	219
овощи свежие (помидоры)	25	0,27	0,05	0,95	6,00	246
Чай с/с с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62	294
Хлеб пшен./рж с микронутр	20/20	2,64	1,40	24,44	44,64	122/12
Вафли	35	1,57	8,4	22,05	171,5	
<b>Итого за обед</b>		<b>33,60</b>	<b>41,37</b>	<b>97,57</b>	<b>822,83</b>	
<b>Цена</b>	<b>84-66</b>					

зав. производством

О.А.Оборина

Директор

П.А. Пушвинцев