



# МЕНЮ

Наименование и номер меню № \_\_\_\_\_  
 Дата: 21.02.24  
 Место: СРБФ  
 Номер этажа: 1  
 Возрастная категория: 7-11 лет

№ п/п	Пример пищи	наименование блюда	весов в граммах	Белки	Жиры	Углеводы и	калорийность	цена
<b>ЗАВТРАК</b>								
1	Салат из свеклы с огурцами соевыми		60	0,70	1,00	2,60	22,20	12,00р
2	Шпинат натуральный рубленый		90	15,55	18,67	8,06	191,86	55,50р
3	Макаронные изделия отварные с овощами		170	0,65	5,19	26,62	172,50	15,00р
4	Чай с лимоном		200	0,13	0,02	15,20	61,50	6,00р
5	Хлеб пшеничный		25	1,49	0,18	10,54	55,81	2,00р
6	Хлеб ржаной		25	1,40	0,28	11,35	50,52	2,50р
7	Кондитерское изделие (печенье промышленного производства)		20	1,69	2,25	13,95	82,89	10,00р
	Итого:		590	21,61	27,59	88,32	637,28	95,00р
<b>ОБЕД</b>								
1	Салат из квашеной капусты		60	1,03	3,01	5,10	51,62	12,00р
2	Суп картофельный с бобовыми		200	4,40	4,21	12,00	118,60	35,00р
3	Гуляш из говядины		100	14,55	16,79	2,89	221,00	65,00р
4	Каша вязкая (гречневая)		150	8,85	5,15	39,80	243,75	35,00р
5	Кисель из сока плодово		200	0,31	0,00	39,40	158,84	10,00р
6	Хлеб пшеничный		40	2,38	0,29	16,86	89,30	2,50р
7	Хлеб ржаной		20	1,12	0,22	9,08	40,42	2,00р
8	Кефир 2,5% (в индивидуальной промышленной упаковке)		200	6,00	6,40	8,21	114,40	25,00р
	Итого:		970	38,64	36,07	133,34	1037,92	148,50р
<b>ПОЛДНИК</b>								
1	Запеканка рисовая с творогом с маслом		160	10,56	10,23	18,30	174,6	
2	Компот из смеси сухофруктов		200	0,66	0,09	32,01	131,49	
	Итого:		360	11,22	10,32	50,31	306,09	50,00р

Автор МБОУ СОШ №

Производство ООО "Ваша сервисная компания"

*И. Запечено*

