

УТВЕРЖАЮ
ООО «ФЕНИКС»
Директор

СОЛТЦОВАНО

Директор

Меню на «25» марта 2025 г.

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Маасса	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию
		Б	Ж	У		

Запеканка из творога с яблоками	120/35	18.3	12.4	23.5	266.2	45.05
Кефир М/Ж 2.5%	180	5.2	4.5	7.2	90.0	16.00
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	44.0	8.00
Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.68	93.6	6.00
Хлеб ржаной	25	2.0	0.38	10.0	51.5	3.00
Итого за завтрак:	500	28.94	18.0	70.18	545.3	

Обед	Маасса	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию
		Б	Ж	У		

Салат из свежих овощей	60	0.8	3.6	4.8	56.0	10.00
Суп картофельный с овощами	200	1.7	2.1	13.7	81.1	18.00
Птица, тушеная в соусе	100	13.8	15.1	3.7	212.3	46.00
Макаронные изделия	150/5	5.6	7.9	35.0	230.8	14.00
Отварные с/м/с	180	0.4	0.0	27.8	113.7	10.00
Компот из сухофруктов	40	3.04	0.32	19.68	93.6	6.00
Хлеб ржаной	20	1.6	0.31	8.0	41.2	3.00
Итого за обед:	755	26.94	29.33	112.68	828.7	

Завтрак	Маасса	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию
		Б	Ж	У		

Суп молочный с рисом	200	2.97	3.5	6.1	71.2	24.00
Запеканка из творога с яблоками	100/35	18.4	12.5	23.7	285.4	39.00
Чай с сахаром	200	0.2	0.1	9.3	21.6	7.00
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.24	14.76	70.2	4.00
Хлеб ржаной	20	1.6	0.31	8.0	41.2	3.00
Итого за завтрак:	585	25.45	16.65	61.86	489.6	