

УТВЕРЖДАЮ
ООС ФЕНИКС



Меню на «11» марта 2026 г.

3

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы с зел.горошком	60	0.99	2.47	4.38	43.74	19.50
Котлеты пожарские с м/сл	90/5	15.1	19.7	13.4	191.7	40.30
Картофельное пюре	150	3.17	4.96	21.12	141.82	16.00
Чай с сахаром и лимоном	180	0.11	0.0	13.05	19.44	7.00
Хлеб пшеничный	35	2.66	0.28	17.22	81.9	1.75
Хлеб ржаной	20	1.4	0.2	6.7	34.8	1.00
Итого за завтрак:	540	23.43	27.61	75.87	513.4	

Цена 85 рублей 55 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Икра из кабачков пром.произ.	60	1.0	4.5	3.9	58.5	12.50
Борщ с капустой и картофелем	200	1.6	4.0	10.4	84.5	22.00
Каша греч.рассып.	150	4.6	4.9	20.3	142.4	12.00
Курица отварная с м/сл	90/5	20.3	2.3	0.41	283.3	46.50
Компот из сухофруктов	200	0.44	0.0	30.9	126.3	10.00
Хлеб пшеничный	45	3.42	0.32	22.14	105.3	2.50
Хлеб ржаной	25	1.75	0.25	8.37	43.5	1.50
Итого за обед:	775	33.11	16.27	96.42	843.8	

Цена 107 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы с зел.горош.	100	1.65	4.12	7.3	72.9	27.25
Котлеты пожарские м/сл	100/5	16.7	21.7	14.8	211.9	45.00
Картофельное пюре	180	3.8	5.5	23.3	156.7	27.00
Чай с сахаром и лимоном	200	0.12	0.0	14.5	21.6	7.00
Хлеб пшеничный	35	2.66	0.28	17.22	81.9	1.75
Хлеб ржаной	20	1.4	0.2	6.7	34.8	1.00
Итого за завтрак:	640	26.33	31.8	83.82	579.8	

Цена 109.00 рублей

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за порцию руб
		Б	Ж	У		
Икра из кабачков пром. произ.	100	1.7	7.5	6.5	97.5	16.00
Борщ с капустой и картофелем	250	2.0	5.0	13.0	105.6	25.00
Каша гречневая рассыпчатая	180	5.5	5.8	24.2	169.96	13.00
Курица отварная с м/сл	100/5	22.4	2.5	0.45	313.6	50.00
Компот из сухофруктов	200	0.44	0.0	30.9	126.3	10.00
Хлеб пшеничный	45	3.42	0.32	22.14	105.3	2.50
Хлеб ржаной	25	1.75	0.25	8.37	43.5	1.50
Итого за обед:	905	37.21	21.37	105.56	961.76	

Цена 118 рублей