

## МЕНЮ 28.06.

| № рец. | Наименование блюд и изделий                                  | Вес, гр.<br>7-11 лет | Вес, гр.<br>11-18 лет | Цена          | Энерг.<br>ценность<br>(ккал) | Б            | Ж            | У             |
|--------|--|----------------------|-----------------------|---------------|------------------------------|--------------|--------------|---------------|
|        | <b>Завтрак</b>   |                      |                       |               |                              |              |              |               |
| 39     | Омлет натуральный запеченный с капустой                      | 77                   | 77                    | 16,93         | 158,66                       | 10,24        | 11,84        | 2,86          |
| 378    | Чай с молоком и сахаром                                      | 200                  | 200                   | 5,50          | 81,00                        | 1,52         | 1,35         | 15,90         |
| 418    | Хлеб пшеничный витаминизированный                            | 40                   | 40                    | 1,48          | 93,52                        | 3,16         | 0,40         | 19,32         |
| 422    | Хлеб ржаной  | 30                   | 30                    | 0,92          | 45,98                        | 1,12         | 0,22         | 9,88          |
| 428    | Булочка школьная   | 100                  | 100                   | 6,79          | 241,66                       | 8,35         | 3,20         | 44,85         |
|        | <b>ИТОГО</b>   | <b>447</b>           | <b>447</b>            | <b>31,62</b>  | <b>620,82</b>                | <b>24,39</b> | <b>17,01</b> | <b>92,81</b>  |
|        | <b>Обед</b>  |                      |                       |               |                              |              |              |               |
| 45     | Салат из капусты с маслом растительным                       | 120                  | 120                   | 10,51         | 60,40                        | 1,31         | 3,25         | 6,47          |
| 88     | Щи из свежей капусты с мясом говядины (12,5) и сметаной (10) | 260                  | 260                   | 28,06         | 112,75                       | 5,67         | 5,69         | 7,90          |
| 260    | Гуляш из мяса говядины                                       | 80                   | 80                    | 64,23         | 221,00                       | 14,55        | 16,79        | 2,89          |
| 309    | Макароны отварные с маслом сливочным                         | 180                  | 180                   | 12,74         | 202,14                       | 6,62         | 5,42         | 31,73         |
| 348    | Компот из кураги   | 200                  | 200                   | 8,21          | 114,80                       | 0,78         | 0,05         | 27,63         |
| 418    | Хлеб пшеничный витаминизированный                            | 45                   | 45                    | 1,67          | 105,21                       | 3,56         | 0,45         | 21,74         |
| 422    | Хлеб ржаной  | 30                   | 30                    | 0,92          | 45,98                        | 1,12         | 0,22         | 9,88          |
|        | Свежие фрукты - яблоко                                       | 120                  | 120                   | 14,70         | 146,00                       | 0,40         | -            | 11,30         |
|        | <b>ИТОГО</b>   | <b>1035</b>          | <b>1035</b>           | <b>141,04</b> | <b>1008,28</b>               | <b>34,01</b> | <b>31,87</b> | <b>119,54</b> |
|        | <b>ВСЕГО</b>   | <b>1482</b>          | <b>1482</b>           | <b>172,66</b> | <b>1629,10</b>               | <b>58,40</b> | <b>48,88</b> | <b>212,35</b> |