

УТВЕРЖДАЮ
ООО ФЕНИКС

СОГЛАСОВАНО

Директор

Меню на « 11 » марта 2025 г.

2

Возрастная категория 7-11 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
		Б	Ж	У		
Запеканка из творога с яблочным соусом	120/35	18.3	12.4	23.5	266.2	45.05
Кефир МДЖ 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	

Цена 78 рублей 05 копеек

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы отварной	60	0.8	3.6	4.8	56.0	10.00
Суп картофельный с крупой рисовой	200	1.7	2.1	13.7	81.1	18.00
Птица, тушенная в соусе	100	13.8	15.1	3.7	212.3	46.00
Макаронные изделия отварные с м/сл	150/5	5.6	7.9	35.0	230.8	14.00
Компот из сухофруктов	180	0.4	0.0	27.8	113.7	10.00
Хлеб пшеничный	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	

Цена 107 рублей

Возрастная категория 12-18 лет

Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
		Б	Ж	У		
Суп молочный с рис. круп.	200	2.97	3.5	6.1	71.2	24.00
Запеканка из творога с яблочным соусом	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	

Цена 77 рублей

Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	цена за пор руб
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы отварной	100	1.4	6.0	8.2	93.4	10.00
Суп картофельный с крупой рисовой	250	2.1	2.8	16.9	101.5	18.00
Птица, тушенная в соусе	100	13.8	15.1	3.7	212.3	46.00
Макаронные изделия отварные с м/сл	180/5	6.5	8.4	40.6	260.8	14.00
Компот из сухофруктов	180	0.4	0.0	27.8	113.7	10.00
Хлеб пшеничный	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:	875	28.84	32.93	124.88	916.5	

Цена 107 рублей