

УТВЕРЖДАЮ							СОГЛАСОВАНО						
ИП Шмакова Н.В.							"КРЫМСКОЕ ОБЩЕСТВО СРЕДНЕГО КОЛЛА ДИРЕКТОР МОТОРСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ ОГРН 11406017471 ОГРП 11406017471						
Меню на «05» сентября 2025 г. День 5 (пятница)													
Возрастная категория 7-11 лет													
Завтрак		Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры						
			Б	Ж	У	(ккал)							
Салат из свежей капусты с морковью квашеной капусты с луком) (или		80	1,3	4	7,3	72	45-47						
Шницель рыбный натуральный с м-сл		105	18,2	5,9	5,9	150,8	235						
Рис отварной с м-сл		150	3,9	8,8	39	250,1	304						
Чай черный байховый с сахаром и лимоном		186	0,2	0	1,2	6,1	377						
Хлеб пшеничный		30	2,3	0,2	15,1	71	СРБ						
Хлеб ржаной		20	1,4	0,2	6,7	34,8	СРБ						
Итого за прием пищи		571	27,3	19,1	75,2	584,8							
Цена: 78 рублей 05 копеек													
Обед		Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры						
			Б	Ж	У	(ккал)							
Овощи натуральные (соленые или квашеные) по сезону		60	0,5	0,1	1	7,8	70/71						
Щи По-уральски со сметаной		200	1,4	3,9	8,7	83	93						
Сердце в соусе		100	13,3	9,2	8,9	177,8	262						
Каша рассыпчатая ячневая с м-сл		150	5,1	7,9	31,8	218,2	302						
Компот из сухофруктов		180	0,4	0	24,8	101,7	349						
Хлеб пшеничный		45	3,5	0,3	22,7	106,5	СРБ						
Хлеб ржаной		25	1,7	0,3	8,4	43,5	СРБ						
Итого за прием пищи		760	25,9	21,7	106,3	738,5							
Цена: 85 рублей													
Возрастная категория 12 лет и старше													
Завтрак		Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры						
			Б	Ж	У	(ккал)							
Салат со свежей капусты с морковью квашеной капусты с луком) (или		100	1,5	5,1	9,3	89,9	45-47						
Шницель рыбный натуральный с м-сл		105	18,2	5,9	5,9	150,8	235						
Рис отварной с м-сл		180	4,7	10,6	46,8	300,1	304						
Чай черный байховый с сахаром и лимоном		186	0,2	0	1,2	6,1	377						
Хлеб пшеничный		50	3,8	0,3	25,1	118,4	СРБ						
Хлеб ржаной		30	2	0,4	11,9	60,3	СРБ						
Итого за прием пищи		651	30,4	22,3	100,2	725,6							
Цена: 75 рублей													
Обед		Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры						
			Б	Ж	У	(ккал)							
Овощи натуральные (соленые или квашеные) по сезону		100	0,8	0,1	1,7	13	70/71						
Щи по-Уральски со сметаной		250	1,8	4,9	10,9	103,8	93						
Сердце в соусе		100	13,3	9,2	8,9	177,8	262						
Каша рассыпчатая ячневая с м-сл		180	5,8	8,8	37	248,3	302						
Компот из сухофруктов		180	0,4	0	27,8	113,7	349						
Хлеб пшеничный		60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ						
Хлеб ржаной		35	2,5	0,4	11,8	60,9	СРБ						
Итого за прием пищи		905	29,2	23,8	128,2	859,6							
Цена: 90 рублей													