



Меню ОБЗ

Дети 12 лет и старше

Среда вторая неделя

На 21 сентября 2022 год

Завтрак

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
200	Омлет с сыром	25.89	28.73	4.3	379.00	44-64
200	Чай с лимоном витамин	0.1	0.05	15.2	61.00	2-37
50	Хлеб пшеничный	3.8	0.4	24.6	118.00	3-19
43	Хлеб ржаной	2.84	0.52	14.36	75.00	3-64
200	Фрукты или ягоды свежие	0.4	0.3	10.3	47.00	13-88
50	Корж молочный					17-50
743	Итого	33.03	30	68.76	680.00	85-22

Обед

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Помидоры свежие в нарезке	1.6	10.1	3	109.00	3-73
250	Солянка домашняя	5.59	9.58	54.48	326.00	26-36
280	Жаркое по домашнему из птицы	17.27	14	23.33	313.00	50-90
200	Чай с лимоном витамин	0.1	0.05	15.2	61.00	2-37
40	Хлеб пшеничный	3.04	0.32	19.68	94.00	2-55
28	Хлеб ржаной	1.85	0.34	9.35	49.00	2-37
50	Корж молочный					17-50
948	Итого	29.45	34.39	125.04	952.00	105-78

Полдник

Выход	Наименование блюда	Б	Ж	У	Ккал	Цена
100	Булочка школьная	10	10	56.67	288.00	25-00
200	Напиток из плодов шиповника	0.68	0.28	20.76	88.00	5-45
200	Фрукты или ягоды свежие	0.4	0.3	10.3	47.00	13-88
500	Итого	11.08	10.58	87.73	423.00	44-33

При приготовлении использована соль пищевая йодированная

Проводится С-витаминизация третьих блюд

Шеф-повар

Ответственный за питание

Медицинская сестра



