



## Меню 12-18 лет

Неделя 2 день: 3

" \_\_\_\_\_ 2023

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>					
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С ВАРЕНЬЕМ (Творог, Яйцо, Варенье, Манная крупа, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Сахарный песок, Сметана, Соль, Сухари панировочные)	200/20	30,1	20,36	56,43	529,32
БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ (Батон, Ветчина)	25/10	3,09	4,14	9,92	89,08
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ИЛИ ГРУША СВЕЖАЯ*					
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>555</b>	<b>33,89</b>	<b>24,99</b>	<b>91,95</b>	<b>730,61</b>
<b>Обед</b>					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И КУКУРУЗОЙ (Кукуруза консервированная, Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	100	0,2	2,4	11,5	68,4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль)	250/15	8,05	4,65	30,45	196,5
КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ (Батон, ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Вода питьевая, Масло растительное, Масло сливочное 82,5%, Соль, Сухари панировочные)	100	9,2	7,2	5,8	124,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,72	6,48	24,36	169,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	60	4,1	0,5	27,1	129,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,3	1,16	15,6	78,34
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ (без сахара) (Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая)	200	0,22	0,22	31	127,78
<b>Итого за Обед</b>	<b>945</b>	<b>26,79</b>	<b>22,61</b>	<b>145,81</b>	<b>894,32</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 500</b>	<b>60,68</b>	<b>47,6</b>	<b>237,76</b>	<b>1624,93</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

\* - По желанию ребенка