

УТВЕРЖДАЮ		СОГЛАСОВАНО				
ИП Шмакова Н.В.		Директор МБУ "Жульдино вкд" <i>Шмакова Н.В.</i>				
Шмакова Владимировна		<i>Шмакова Н.В.</i>				
Меню на « »		2025 г. День 10 (пятница)				
Возрастная категория 7-11 лет						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,1	3,6	10,9	80,4	51
Паста сливочная с курицей	230	17,4	20,4	31,4	379,1	406
Соки фруктовые, овощные	180	0,9	0,2	18,2	82,8	389
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	520	23,1	24,6	82,3	648,1	
Цена 78 рублей 05 копеек						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Икра овощная	60	1,2	5,4	4,7	71,4	СРБ
Суп картофельный гороховый (или фасолевый)	200	4,6	4,4	15,2	117,8	102
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	10,2	5,4	5,9	114,8	229
Рис отварной с маслом сливочным	150	3,9	8,8	39	250,1	304
Чай черный байховый с сахаром и лимоном	186	0,2	0	6,2	26,1	377
Хлеб пшеничный	45	3,5	0,3	22,7	106,5	СРБ
Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	43,5	СРБ
Плоды свежие (яблоко)	130	0,5	0,5	12,7	61,1	338
Итого за прием пищи	896	25,8	25,1	114,8	791,3	
Цена 107 рублей						
Возрастная категория 12 лет и старше						
Завтрак	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,9	6	18,1	134	70/71
Паста сливочная с курицей	250	18,9	22,2	34,1	412,1	278-673
Соки фруктовые, овощные	180	0,9	0,2	18,2	82,8	302
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4	388
Хлеб ржаной	30	2	0,4	11,9	60,3	СРБ
Итого за прием пищи	610	27,5	29,1	107,4	807,6	
Цена 77 рублей						
Обед	Масса порции, гр	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Икра овощная	100	2	9	7,8	119	СРБ
Суп картофельный гороховый (или фасолевый)	250	5,8	5,4	19	147,3	108
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	10,2	5,4	5,9	114,8	290-673
Рис отварной с м-сл	180	4,7	10,6	46,8	300,1	303
Чай черный байховый с сахаром и лимоном	186	0,2	0	6,2	26,1	378
Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	30,1	142,1	СРБ
Хлеб ржаной	35	2,5	0,4	11,8	60,9	СРБ
Плоды свежие (яблоко)	130	0,5	0,5	12,7	61,1	338
Итого за прием пищи	1041	30,5	31,7	140,3	971,4	
Цена 107 рублей						