



МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных образовательных бюджетных учреждениях Волховского района

Возрастная категория 12 лет и старше

« 10 » марта 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
ЗАВТРАК – 40,00 руб.					
Омлет натуральный запечённый	150	14,60	19,70	2,63	266,00
Бутерброд с колбасой п/к	20/20	4,54	7,82	9,72	127,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	65,00
Итого за прием пищи:		19,24	27,52	27,35	458,00
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат из свеклы отварной с растительным маслом	100	1,80	8,20	12,00	142,84
Щи из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной	250/5/5	3,10	5,83	18,40	142,37
Печень тушеная в соусе	50/50	13,17	7,70	5,50	144,00
Греча отварная рассыпчатая с маслом сливочным	180/5	11,28	6,27	61,69	367,49
Компот из свежих яблок и изюма с витамином "С"	200	0,20	0,10	17,20	68,00
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
Итого за прием пищи:		32,02	28,64	131,09	946,73

Зав. производством Семенова В.В. Сев



МЕНЮ

для организации горячего питания обучающихся в муниципальных образовательных бюджетных учреждениях Волховского района

Возрастная категория 7 - 11 лет

«10» марта 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность, ккал
		Белки	Жиры	Углеводы	
1	2	3	4	5	6
ЗАВТРАК – 40,00 руб.					
Омлет натуральный запеченный	150	14,60	19,70	2,63	266,00
Бутерброд с колбасой п/к	20/20	4,54	7,82	9,72	127,00
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	65,00
Итого за прием пищи:		19,24	27,52	27,35	458,00
ОБЕД – 68,00 руб.					
Салат из свеклы отварной с растительным маслом	60	0,84	4,92	4,80	66,00
Щи из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной	250/10/5	3,10	5,83	18,40	142,37
Печень тушеная в соусе	50/50	13,17	7,70	5,50	144,00
Греча отварная рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	8,40	5,22	38,74	223,20
Компот из свежих яблок и изюма с витамином "С"	200	0,20	0,10	17,20	68,00
Хлеб ржано-пшеничный	45	2,47	0,54	16,30	82,03
Итого за прием пищи:		28,18	24,31	100,94	725,60

Зав. производством Семенова В.В.

Семенова