

Утверждаю
Директор



Меню
"5" ноября 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы				
День 3									
ЗАВТРАК									
	Запеканка из творога (завтрак)	180	26,62	21,85	32,09	539,86	223	76,05	
	Молоко стученное с сахаром 8,5% жирности	10	0,72	0,85	5,55	32,7	Н	3,25	
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	11,50	
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	3,06	
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	12,57	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	520	30,31	23,40	68,95	712,08		106,43	
	Доп. питание: молоко 0,2, кондит. изделие								
ОБЕД									
	Суп с бобовыми (горох)	200	2,72	4,40	4,80	78	119	5,73	
	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)**	60	0,66	0,12	2,28	13,2	71	6,55	
	Мясо духовое (свинина) с картофелем и овощами	240	16,42	15,17	35,06	455,23	258/1	86,99	
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	3,32	
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	4,59	
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	4,00	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	785	25,40	20,58	99,69	792,43		111,17	
	Доп. питание: молоко 0,2, кондит. изделие								
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1725	68,79	60,22	210,21	1869,3		75,00	

Ст.ловар

