



Индивидуальный предприниматель  
**В.А. Духменцева**  
 ИП Духменцева В.А.  
 № 2023 г

**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**

Директор \_\_\_\_\_  
 " " " 2023 г

СОГЛАСОВАНО

Сезон: **ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ**  
 Возрастная категория: **7-11 ЛЕТ**

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				СТОИМОСТЬ РАЦИОНА
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг		
<b>Завтрак</b>																
75	ИГРА МОРКОВНАЯ	60	1,21	0,06	12,33	54,77	0,02	1,75	0,73	2,80	22,16	15,33	25,55	0,50	12,00	
ТТК 10	ПАСТА С КУВИЦЕЙ 120/80	200	14,10	16,00	21,10	279,10	0,10	1,87	0,08	1,04	184,75	25,72	178,18	1,45	52,17	
349	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132,80	0,00	0,00	0,00	0,00	8,39	1,80	0,00	0,00	6,00	
ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,03	0,00	0,00	0,39	4,60	6,60	16,80	0,40	2,00	
ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,90	0,00	2,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>500</b>	<b>18,62</b>	<b>16,49</b>	<b>85,36</b>	<b>560,01</b>	<b>0,15</b>	<b>3,62</b>	<b>0,81</b>	<b>4,23</b>	<b>219,90</b>	<b>49,45</b>	<b>220,53</b>	<b>2,35</b>	<b>74,17</b>	
<b>Обед</b>																
75	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	1,42	0,06	13,72	111,18	0,03	4,84	0,05	2,12	19,98	16,60	31,40	0,95	12,00	
113	СУГ-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	200	2,05	4,43	9,30	92,60	0,02	0,32	0,01	1,78	21,08	5,73	24,12	0,35	12,00	
171.3	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПЕРЛОВАЯ	150	4,54	7,50	30,10	213,70	0,04	0,00	0,04	1,93	26,01	17,92	136,74	0,88	15,00	
234	КОГЛЕТЫ РЫБНЫЕ /СОУС МОЛОЧНЫЙ 90/25	115	9,47	8,11	13,48	165,31	0,10	0,21	0,02	4,29	55,69	47,02	191,17	1,50	49,81	
376	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	13,50	54,00	0,00	0,04	0,00	0,00	11,97	5,30	6,68	0,67	7,00	
ПП	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,08	0,00	0,00	0,98	11,50	16,50	42,00	1,00	5,00	
ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,05	0,00	0,00	0,66	5,40	5,70	26,10	1,20	3,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>785</b>	<b>23,36</b>	<b>20,69</b>	<b>117,91</b>	<b>816,39</b>	<b>0,32</b>	<b>5,41</b>	<b>0,12</b>	<b>11,76</b>	<b>151,63</b>	<b>114,77</b>	<b>458,21</b>	<b>6,55</b>	<b>103,81</b>	
<b>Полдник</b>																
ТТК 11	МЯСО ГУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	150	7,10	9,20	13,10	209,50	0,30	5,70	0,40	0,34	29,45	34,94	139,22	1,82	64,17	
354	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СУПШЕНЫХ	180	0,21	0,01	26,54	136,08	0,00	0,10	0,00	0,00	24,05	5,26	13,86	0,65	8,00	
ПП	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,12	0,22	9,88	45,98	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>		<b>350</b>	<b>8,43</b>	<b>9,43</b>	<b>49,52</b>	<b>391,56</b>	<b>0,30</b>	<b>5,80</b>	<b>0,40</b>	<b>0,34</b>	<b>53,50</b>	<b>40,20</b>	<b>153,08</b>	<b>2,47</b>	<b>74,17</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>50,41</b>	<b>46,61</b>	<b>252,80</b>	<b>1 767,96</b>	<b>0,77</b>	<b>14,83</b>	<b>1,33</b>	<b>16,33</b>	<b>425,03</b>	<b>204,42</b>	<b>831,82</b>	<b>11,37</b>			

ТЕХНОЛОГ Т.В.РУСИНОВА