



Директор центра
Генералов А.К.

Меню

" 5 " июля 2023г.

от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Мясо тушеное (свинина) с овощами в соусе	200	13,60	13,28	26,20	277,72	274
	Чай с сахаром	180	0,16	0,00	9,02	37,48	392
	Кондитерское изделие (зефир)	55	1,47	2,48	16,25	90,68	151
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		501	18,52	16,44	85,38	562,92	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	200	4,40	7,32	17,36	153,5	81
	Печень тушеная в соусе	100	10,67	10,15	8,54	174,96	524
	Каша крупиная рассыпчатая (гречка)	150	9,02	6,77	44,23	274,26	67/1
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202.2
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879
	Сок фруктовый	200	0,20	0,20	28,20	82,6	399г
Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	
ИТОГО ЗА ОБЕД		856	33,28	29,62	141,24	941,36	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1357	51,8	46,06	226,62	1504,28	

Повар *Сев*

