



# МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

## 4 день, 1 недели

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |               |                | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------------|----------------|-------------------------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г       | Углеводы, г    |                               |
| <b>Завтрак</b>                        |              |                  |               |                |                               |
| Шницель из свинины рубленый           | 90           | 9,890            | 23,605        | 8,550          | 286,205                       |
| Макароны отварные                     | 180          | 7,963            | 5,772         | 50,822         | 287,090                       |
| Чай с сахаром 200/15гр.               | 215          | 0,200            | 0,051         | 15,039         | 61,415                        |
| Батон йодированный                    | 40           | 3,000            | 1,160         | 20,560         | 104,680                       |
| <b>Итого за Завтрак</b>               | <b>525</b>   | <b>21,053</b>    | <b>30,588</b> | <b>94,971</b>  | <b>739,390</b>                |
| <b>Обед</b>                           |              |                  |               |                |                               |
| Овощи натуральные соленые(огурец)     | 35           | 0,210            | 0,070         | 1,470          | 7,348                         |
| Борщ из свежей капусты с картофелем   | 200          | 1,465            | 4,014         | 9,887          | 81,535                        |
| Жаркое по-домашнему                   | 200          | 8,179            | 7,682         | 33,079         | 234,163                       |
| Чай с сахаром 200/15гр.               | 215          | 0,200            | 0,051         | 15,039         | 61,415                        |
| Батон йодированный                    | 20           | 1,500            | 0,580         | 10,280         | 52,340                        |
| Хлеб ржаной                           | 20           | 1,320            |               | 6,680          | 32,000                        |
| <b>Итого за Обед</b>                  | <b>690</b>   | <b>12,874</b>    | <b>12,397</b> | <b>76,435</b>  | <b>468,801</b>                |
| <b>Полдник</b>                        |              |                  |               |                |                               |
| Выпечное изделие(Ватрушка с творогом) | 70           | 9,871            | 7,298         | 32,494         | 235,137                       |
| Груша                                 | 160          | 0,627            | 0,470         | 16,170         | 71,422                        |
| Сок в индивидуальной упаковке         | 200          | 1,000            | 0,200         | 20,200         | 86,600                        |
| <b>Итого за Полдник</b>               | <b>430</b>   | <b>11,498</b>    | <b>7,968</b>  | <b>68,864</b>  | <b>393,159</b>                |
| <b>Итого за день</b>                  | <b>1645</b>  | <b>45,425</b>    | <b>50,953</b> | <b>240,270</b> | <b>1601,350</b>               |

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Прокудина Е. С.

## МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

## 4 день, 1 недели

| Прием пищи, наименование блюда        | Масса порции | Пищевые вещества |               |                | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------------------|--------------|------------------|---------------|----------------|-------------------------------|
|                                       |              | Белки, г         | Жиры, г       | Углеводы, г    |                               |
| <b>Завтрак</b>                        |              |                  |               |                |                               |
| Шницель из свинины рубленый           | 90           | 9,890            | 23,605        | 8,550          | 286,205                       |
| Макароны отварные                     | 180          | 7,963            | 5,772         | 50,822         | 287,090                       |
| Чай с сахаром 200/15гр.               | 215          | 0,200            | 0,051         | 15,039         | 61,415                        |
| Батон йодированный                    | 60           | 4,500            | 1,740         | 30,840         | 157,020                       |
| <b>Итого за Завтрак</b>               | <b>545</b>   | <b>22,553</b>    | <b>31,168</b> | <b>105,251</b> | <b>791,730</b>                |
| <b>Обед</b>                           |              |                  |               |                |                               |
| Овощи натуральные соленые(огурец)     | 35           | 0,210            | 0,070         | 1,470          | 7,348                         |
| Борщ из свежей капусты с картофелем   | 250          | 1,822            | 5,042         | 12,302         | 101,875                       |
| Жаркое по-домашнему                   | 200          | 8,179            | 7,682         | 33,079         | 234,163                       |
| Чай с сахаром 200/15гр.               | 215          | 0,200            | 0,051         | 15,039         | 61,415                        |
| Батон йодированный                    | 30           | 1,980            |               | 10,020         | 48,000                        |
| Хлеб ржаной                           | 30           | 1,320            |               | 6,680          | 32,000                        |
| <b>Итого за Обед</b>                  | <b>760</b>   | <b>13,711</b>    | <b>12,845</b> | <b>78,590</b>  | <b>484,801</b>                |
| <b>Полдник</b>                        |              |                  |               |                |                               |
| Выпечное изделие(Ватрушка с творогом) | 70           | 9,871            | 7,298         | 32,494         | 235,137                       |
| Груша                                 | 160          | 0,627            | 0,470         | 16,170         | 71,422                        |
| Сок в индивидуальной упаковке         | 200          | 1,000            | 0,200         | 20,200         | 86,600                        |
| <b>Итого за Полдник</b>               | <b>430</b>   | <b>11,498</b>    | <b>7,968</b>  | <b>68,864</b>  | <b>393,159</b>                |
| <b>Итого за день</b>                  | <b>1735</b>  | <b>47,762</b>    | <b>51,981</b> | <b>252,705</b> | <b>1669,690</b>               |

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Прокудина Е. С.

Прокудина Е.С.