

МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

5 день, 1 недели

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| Овощи натуральные свежие(огурец)/Зеленый горошек | 30 | 0,208 | 0,030 | 0,564 | 3,354 |
| Тефтели Нежные с соусом 70/20гр. | 90 | 8,014 | 16,640 | 7,824 | 213,114 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 9,017 | 4,618 | 40,798 | 240,824 |
| 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 |
| Итого за Завтрак | 525 | 20,439 | 22,499 | 84,785 | 623,387 |
| Обед | | | | | |
| Овощи натуральные свежие(помидор)/Икра кабачковая | 35 | 0,210 | 0,070 | 1,470 | 7,348 |
| Суп картофельный с рыбными консервами | 215 | 4,637 | 2,382 | 15,845 | 103,363 |
| Паста болоньез | 240 | 9,087 | 21,917 | 5,510 | 255,639 |
| 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 |
| Итого за Обед | 745 | 16,954 | 25 | 54,824 | 512,105 |
| Полдник | | | | | |
| Выпечное изделие(Пирог Домашний с вишней) | 60 | 4,176 | 4,575 | 25,841 | 161,242 |
| Груша | 160 | 0,627 | 0,470 | 16,170 | 71,422 |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 1,000 | 0,200 | 20,200 | 86,600 |
| Итого за Полдник | 420 | 5,803 | 5,245 | 62,211 | 319,264 |
| Итого за день | 1690 | 43,196 | 52,744 | 201,82 | 1454,756 |

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Прокудина Е. С.

МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

5 день, 1 недели

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|--------------|------------------|---------|----------------|-------------------------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | |
| Овощи натуральные свежие(огурец)/Зеленый горошек | 30 | 0,208 | 0,030 | 0,564 | 3,354 |
| Тефтели Нежные с соусом 70/20гр. | 110 | 8,217 | 18,651 | 9,278 | 237,838 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10,822 | 5,480 | 48,969 | 288,484 |
| 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 |
| Итого за Завтрак | 575 | 22,447 | 25,372 | 94,41 | 695,771 |
| Обед | | | | | |
| Овощи натуральные свежие(помидор)/Икра кабачковая | 35 | 0,210 | 0,070 | 1,470 | 7,348 |
| Суп картофельный с рыбными консервами | 265 | 5,140 | 2,877 | 19,807 | 125,679 |
| Паста болоньез | 280 | 10,601 | 25,570 | 6,429 | 298,246 |
| 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 | 2,250 | 0,870 | 15,420 | 78,510 |
| Итого за Обед | 855 | 1,627 | 0,670 | 36,370 | 158,022 |
| Полдник | | | | | |
| Выпечное изделие(Пирог Домашний с вишней) | 60 | 4,176 | 4,575 | 25,841 | 161,242 |
| Груша | 160 | 0,627 | 0,470 | 16,170 | 71,422 |
| Сок в индивидуальной упаковке | 200 | 1,000 | 0,200 | 20,200 | 86,600 |
| Итого за Полдник | 420 | 5,803 | 5,245 | 62,211 | 319,264 |
| Итого за день | 1850 | 29,877 | 31,287 | 192,991 | 1173,057 |

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Прокудина Е. С.