

## МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

1 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Блинчики	150	8,960	8,718	31,640	240,862
Яблоко	130	0,510	0,051	12,446	52,281
Чай с сахаром 200/15гр.	215	0,200	0,051	15,039	61,415
Лимон к чаю	5	0,045	0,005	0,150	0,825
Молоко сгущенное	50	3,600	4,250	27,750	163,650
<b>Итого за Завтрак</b>	550	13,315	13,075	87,025	519,033
<b>Обед</b>					
Икра кабачковая	30	0,360	0,030	1,801	8,913
Суп картофельный с горохом, курой 200/10гр.	210	7,474	4,065	15,424	128,175
Гуляш из свинины 45/45гр.	90	10,466	23,231	4,051	267,149
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	20	1,500	0,580	10,280	52,340
Хлеб ржаной	20	1,320		6,680	32,000
<b>Итого за Обед</b>	735	30,337	32,575	94,073	790,816
<b>Полдник</b>					
Выпечное изделие(Пышка с посыпкой)	50	3,864	3,485	25,851	150,227
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>	410	5,491	4,155	62,221	308,249
<b>Итого за день</b>	1695	49,143	49,805	243,319	1618,098

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Прокудина Е. С.

Прокудина Е. С.

## МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

1 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Блинчики	225	13,440	12,078	47,460	352,302
Яблоко	130	0,510	0,051	12,446	52,281
Чай с сахаром 200/15гр.	215	0,200	0,051	15,039	61,415
Лимон к чаю	5	0,045	0,005	0,150	0,825
Молоко сгущенное	25	1,800	2,125	13,875	81,825
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>600</b>	<b>15,995</b>	<b>14,310</b>	<b>88,970</b>	<b>548,648</b>
<b>Обед</b>					
Икра кабачковая	30	0,360	0,030	1,801	8,913
Суп картофельный с горохом, курой 200/10гр.	260	8,648	4,974	19,280	156,478
Гуляш из свинины 50/50гр.	100	11,629	25,813	4,501	296,832
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	30	1,980		10,020	48,000
Хлеб ржаной	30	2,250	0,870	15,420	78,510
<b>Итого за Обед</b>	<b>845</b>	<b>35,889</b>	<b>37,218</b>	<b>115,030</b>	<b>938,632</b>
<b>Полдник</b>					
Выпечное изделие(Пышка с посыпкой)	50	3,864	3,485	25,851	150,227
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>410</b>	<b>5,491</b>	<b>4,155</b>	<b>62,221</b>	<b>308,249</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1855</b>	<b>57,375</b>	<b>55,683</b>	<b>266,221</b>	<b>1795,529</b>

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Прокудина Е. С.

Барускина О.Б.