

## МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

## 4 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Птица тушенная в томатном соусе с овощами	90	16,457	3,884	3,254	113,802
Макароны отварные	150	0,036	4,056	0,052	36,858
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
Печенье "Мечта"	30	2,081	7,663	19,082	153,622
<b>Итого за Завтрак</b>	525	21,774	16,814	57,987	470,377
<b>Обед</b>					
Овощи натуральные свежие(огурец)/Зеленый горошек	35	0,242	0,035	0,658	3,913
Суп картофельный с рыбными консервами	215	4,637	2,382	15,845	103,363
Плов с мясом	220	17,857	33,219	67,386	639,946
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>	725	25,756	36,267	115,888	892,977
<b>Полдник</b>					
Выпечное изделие (Пышка с посыпкой)	50	9,021	9,417	57,433	350,572
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	10,648	10,087	93,803	508,594
<b>Итого за день</b>	1660	58,178	63,168	267,678	1871,948

Директор

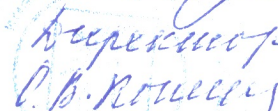


Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Прокудина Е. С.



## МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

### 4 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Птица тушенная в томатном соусе с овощами	100	18,285	4,190	3,612	125,299
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
Печенье "Мечта"	30	2,081	7,663	19,082	153,622
<b>Итого за Завтрак</b>	565	31,529	18,836	109,115	732,106
<b>Обед</b>					
Овощи натуральные свежие(огурец)/Зеленый горошек	35	0,242	0,035	0,658	3,913
Суп картофельный с рыбными консервами	265	5,140	2,877	19,807	125,679
Плов с мясом	240	19,474	36,257	73,458	698,040
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>	815	29,286	40,09	134,402	1015,557
<b>Полдник</b>					
Выпечное изделие (Пышка с посыпкой)	50	9,021	9,417	57,433	350,572
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	10,648	10,087	93,803	508,594
<b>Итого за день</b>	1790	71,463	69,013	337,32	2256,257

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Прокудина Е. С.