

## МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

## 5 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Печенье в ассортименте	35	2,081	7,663	19,082	153,622
Каша геркулесовая молочная	250	8,016	11,924	34,828	278,695
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
Батон йодированный	20	1,500	0,580	10,280	52,340
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>525</b>	<b>11,842</b>	<b>20,223</b>	<b>79,379</b>	<b>546,897</b>
<b>Обед</b>					
Овощи натуральные соленые(огурец)	35	0,210	0,070	1,470	7,348
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 200/10гр.	210	1,743	5,641	7,594	88,121
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
<b>Итого за Обед</b>	<b>740</b>	<b>14,060</b>	<b>28,259</b>	<b>46,573</b>	<b>496,863</b>
<b>Полдник</b>					
Выпечное изделие (Ватрушка с творогом)	70	9,880	6,951	31,639	228,635
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>11,507</b>	<b>7,621</b>	<b>68,009</b>	<b>386,657</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1695</b>	<b>37,409</b>	<b>56,103</b>	<b>193,961</b>	<b>1430,417</b>

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Прокудина Е. С.

Прокудина Е. С.

## МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

## 5 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Печенье в ассортименте	35	2,081	7,663	19,082	153,622
Каша геркулесовая молочная	250	8,016	11,924	34,828	278,695
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
Батон йодированный	20	1,500	0,580	10,280	52,340
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>525</b>	<b>11,842</b>	<b>20,223</b>	<b>79,379</b>	<b>546,897</b>
<b>Обед</b>					
Овощи натуральные соленые(огурец)	35	0,210	0,070	1,470	7,348
Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной 200/10гр.	260	2,106	6,381	9,382	103,383
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
<b>Итого за Обед</b>	<b>850</b>	<b>17,347</b>	<b>32,942</b>	<b>57,760</b>	<b>596,902</b>
<b>Полдник</b>					
Выпечное изделие (Ватрушка с творогом)	70	9,880	6,951	31,639	228,635
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>11,507</b>	<b>7,621</b>	<b>68,009</b>	<b>386,657</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1805</b>	<b>40,696</b>	<b>60,786</b>	<b>205,148</b>	<b>1530,456</b>

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством



Прокудина Е. С.

Баруздина О.Б.