



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	
Завтрак					
Блинчики	150	9,3	9	53,51	332
Молоко сгущеное	25	1,80	2	13,88	79
Фрукт	150	0,60	0,6	17,40	73
Чай с лимоном	200	0,1	0,01	10,03	39
Итого за Завтрак	525	11,78	12	94,82	523
Обед					
Огурец свежий	60	0,40	0	1,12	7
Суп гороховый	200	6,10	7	19,16	162
Птица тушенная в томатном соусе с овощами	45/45	16,25	21	14,96	268
Рис отварной	150	3,6	4	38,28	205
Хлеб ржаной	32,5	2,15	0,39	13,55	63
Хлеб пшеничный	20	1,3	0	9,4	45
Чай	200	0,0	0	9,8	37
Итого за Обед	662,5	30	33	106,24	787
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Хачапури с сыром	100	14,49	14	37,52	339
Итого за Полдник	430	15,01	15	70,46	488
Итого за день	1617,5	56,67	60	271,52	1 798

Директор

Зав. производством



Солнышкина О.И.

Баруздина О.Е.



МЕНЮ дети от 12 до 18 лет 1 день, 2 недели

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Блинчики	225	11,7	10,83	66,89	410,20
Молоко сгущеное	25	1,80	2,13	13,88	79,35
Фрукт	150	0,60	0,60	17,40	73,02
Чай с лимоном	215	0,1	0,01	10,05	39,24
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак	615	14,12	13,57	108,22	601,81
Обед					
Огурец свежий	100	0,73	0,00	1,90	11,83
Суп гороховый	250	7,78	8,62	23,94	199,30
Птица тушенная в томатном соусе с овощами	50/50	16,46	21,70	4,14	277,58
Рис отварной	180	4,5	5	47,21	252,70
Хлеб ржаной	65	4,29	0,78	27,11	125,70
Хлеб пшеничный	20	1,3	0,13	9,4	44,78
Пряники	50	3,0	2,35	38,6	183,40
Чай	200	0,0	0,00	9,8	37,32
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	865	38	38,60	162,02	1132,61
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Хачапури с сыром	100	14,49	14	37,52	339
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	430	15,01	15	70,46	488

Директор

Солнышкина О.И.

Зав. Производством

Баруздина О.Е.

