



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	
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180	5,99	7	27,6	198
Бутерброд с сыром	40	6,58	5	9,38	115
Фрукт	150	0,60	0,6	17,40	73
Чай с молоком сгущённым	200	1,4	1,57	12,10	66
Печенье	20	1,5	1,96	15,37	84
Итого за Завтрак	590	16,11	15	81,87	537
Обед					
Салат из отварной свеклы с сыром маслом растительным	30	0,78	2	2,56	32
Суп крестьянский с крупой	200	1,9	5	12,32	97
Котлета "Рыжик" с соусом	100	11,46	19	13,38	272
Картофель отварной	150	2,89	3,29	23,87	136
Хлеб пшеничный	20	1,3	0	9,38	45
Хлеб ржаной	65	4,3	1	27,11	126
Чай с пониженным содержанием сахара	200	0,1	0	4,95	19
Итого за Обед	765	22,7	30	93,57	725
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	130	0,46		11,85	52
Пирожок с конфитюром	100	5,7	5	39,07	229
Итого за Полдник	430	6,16	5	71,12	369
Итого за день	1785	44,95	50	246,56	1 630

Директор

Биленко В.

Зав. производством

Баруздина О.Е.



**МЕНЮ дети от 12 до 18 лет
5 день, 2 недели**

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	6,65	8	30,7	220,20
Бутерброд с сыром	40	6,58	5	9,38	114,90
Фрукт	150	0,60	0,6	17,40	73,02
Печенье	20	1,77	1,96	15,34	84,45
Чай с молоком сгущённым	215	1,8	2,06	13,46	77,08
Цена комплекса 75 р. Итого за Завтрак	625	17,37	18	86,27	569,65
Обед					
Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	30	0,82	2,18	3,29	34,29
Суп крестьянский с крупой	250	2,32	5,89	15,16	120,60
Котлета "Рыжик" с соусом	110	11,57	19,35	14,12	276,59
Картофель отварной	180	3,65	3,99	32,08	177,10
Хлеб пшеничный	20	1,32	0,13	9,38	44,78
Хлеб ржаной	65	4,29	0,78	27,11	125,70
Печенье	20	1,50	1,96	15,34	84,45
Чай с пониженным содержанием сахара	200	0,02	0,00	9,79	37,32
Цена комплекса 75 р. Итого за Обед	875	25,49	34,28	126,27	900,83
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	130	0,46		11,85	52
Пирожок с конфитюром	100	5,7	5	39,07	229
Цена комплекса 75 р. Итого за Полдник	430	6,16	5	71,12	369

Директор

Биленко В.

Зав. Производством

Баруздина О.Е.