



МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

2 мая 2024 г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Печенье	40	3,00	4	30,74	168
Котлета "Морячок" с соусом	90	9,08	4,44	7,0	104
Рис отварной	150	3,6	4	38,28	205
Хлеб ржаной	32,5	2,15	0	13,55	63
Чай с пониженным содержанием сахара	200	0,02	0	9,79	37
Итого за Завтрак	512,5	17,89	13	99,32	577
Обед					
Помидоры свежие	60	0,36	0	2,53	13
Суп гороховый	200	6,10	7	19,45	160
Соус "Альфредо"	90	8,7	10,7	6,45	157
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,92	4,99	46,66	255
Хлеб пшеничный	20	1,3	0	9,38	45
Хлеб ржаной	32,5	2,2	0	13,55	63
Чай	200	0,0	0	9,79	37
Итого за Обед	752,5	27,60	23,43	107,8	730
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	130	0,46		11,85	52
Ватрушка с конфитюром	100	6,71	6	44,47	263
Итого за Полдник	430	7,17	6	76,52	403
Итого за день	1695	52,66	42	283,65	1 710

Директор

Зав. производством



Солнышкина О.И.

Баруздина О.Е.