

Утверждаю:
Директор:



Согласовано:
Директор:



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 23.07.2024

7 день
7-11 ЛЕТ

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

ЗАВТРАК

302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТК №102	200	4,8	3,6	38,0	203,8
1	КЕФИР	200	6,0	5,0	8,0	228,0
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
			14,5	8,9	70,3	546,6

ОБЕД

1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,1
149	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (перловая) ТК №45	200	2,1	3,7	15,0	100,6
488	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТК №488	150	0,3	3,5	1,3	37,9
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК №639	200	0,4	0,0	20,4	84,3
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
7	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2
			9,9	8,0	82,6	441,2
			24,4	16,9	152,9	987,8

12-18 ЛЕТ

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

ЗАВТРАК

302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ ТК №102	250	6,2	4,2	47,8	253,6
1	КЕФИР	200	6,0	5,0	8,0	228,0
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
			15,9	9,5	80,1	596,4

ОБЕД

1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,8	0,1	2,4	13,6
149	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (перловая) ТК №45	250	2,5	4,2	18,4	121,6
488	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ ТК №488	200	0,4	3,9	1,7	43,0
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК №639	200	0,4	0,0	20,4	84,3
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,5	0,4	29,2	137,8
7	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	60	3,9	0,5	24,6	118,7
			12,5	9,1	96,7	519,0
			28,4	18,6	176,8	1 115,4