

Утверждаю:
Директор:



Согласовано:
Директор:



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ 29.07.2024

7-11 ЛЕТ

1 день

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
ЗАВТРАК						
302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТК №82	200	5,5	3,4	32,4	181,8
399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ № 399	200	0,8	0,2	14,7	62,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
			10,0	3,9	71,4	359,2
ОБЕД						
71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ № 71	60	0,5	0,1	1,5	8,1
87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТК №47	200	1,5	3,5	7,6	68,8
247	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ " ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" № 390	90	12,9	9,2	6,5	132,2
513	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ №513	180	4,8	5,1	47,3	254,5
639	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК № 639	200	0,4	0,0	20,4	84,3
6	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
7	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,5	0,4	16,5	79,2
			25,6	18,5	119,3	719,0
			35,6	22,4	190,7	1 078,2

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 МАННАЯ С МАСЛОМ ТК №82	250	7,1	3,9	42,2	232,4
399	СОК ЯБЛОЧНЫЙ № 399	200	0,8	0,2	14,7	62,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,8
			10,0	3,9	71,4	359,2
ОБЕД						
71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ № 71	100	0,8	0,1	2,4	13,6
87	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТК №47	250	1,9	4,1	9,5	82,6
247	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ " ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" № 390	100	12,9	9,2	6,5	132,2
513	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ №513	180	4,8	5,1	47,3	254,5
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
			29,2	19,4	139,9	823,7
			40,8	23,8	221,1	1 233,5