



## МЕНЮ дети от 12 до 18 лет

30.09.2023

6 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Медальон из курицы	90	19,41	13	19,32	272
Картофельное пюре	150	3,31	5	22,08	148
Помидор	60	0,66		2,28	14
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	35	2,63	1	17,99	92
Итого за Завтрак	550	26,21	19	76,7	587
<b>Обед</b>					
Суп картофельный с яйцом	250	3,86	6	19,98	148
Гуляш из свинины 50/50	100	11,34	29	4,5	322
Спагетти отварные	180	7,35	5	50,27	283
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	35	2,31		11,69	61
Батон йодированный	20	1,5	1	10,28	52
Итого за Обед	800	26,56	41	111,75	927
<b>Полдник</b>					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Слойка с конфитюром	60	3,61	12	23,62	215
Итого за Полдник	390	4,13	13	56,56	364
Итого за день		56,9	73	245,01	1 878

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Солнышкина О.И.

Саблюкова Г.А.