



## МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

31.10.2023

2 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Биточек мясной "Сочный"	100	13,22	21	13,22	295
Макароны отварные	150	6,31	5	40,22	227
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	35	2,63	1	17,99	92
Итого за Завтрак	500	22,36	27	86,46	675
<b>Обед</b>					
Борщ из свежей капусты с картофелем	200	1,5	4	10,01	79
Гуляш из свинины 50/50	100	11,34	29	4,5	322
Рис отварной	150	3,85	5	40,17	224
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	35	2,31		11,69	61
Итого за Обед	700	19,2	38	81,4	747
<b>Полдник</b>					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Пирожок с яблоками	60	3,64	4	31,58	173
Итого за Полдник	360	4,04	4	61,58	308
Итого за день		45,6	69	229,44	1 730

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Солнышкина О.И.

Саблюкова Г.А.