



## МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

03.11.2023

5 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>					
Гуляш из птицы 45/45	90	13,13	15	2,89	195
Макароны отварные	150	6,31	5	40,22	227
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	25	1,88	1	12,85	66
Печенье в асс.	20	1,1	7	11,9	111
Итого за Завтрак	500	22,62	28	82,89	660
<b>Обед</b>					
Щи из св.капусты с картофелем вегетарианский 200	200	1,48	4	7,45	68
Биточек мясной "Сочный"	100	13,22	21	13,22	295
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	21,06	30	87,56	709
<b>Полдник</b>					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Груша 1 шт	130	0,37		9,63	43
Пирожок с конфитюром	60	3,77	4	25,03	148
Итого за Полдник	390	4,14	4	54,86	279
Итого за день		47,82	62	225,31	1648

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Солнышкина О.И.

Саблюкова Г.А.