



МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

16.11.2023

4 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Омлет натуральный с маслом 150/5	155	14,29	20	2,64	250
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	30	2,25	1	15,42	79
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак	500	17,14	21	42,89	437
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,9	4	12,57	98
Гуляш из птицы 50/50	100	14,39	16	3,21	214
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	6	39,62	248
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	28	1,85		9,35	49
Итого за Обед	743	27,11	26	79,78	670
Полдник					
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		48,29	51	184,25	1 415

Директор
Бухгалтер-калькулятор
Зав. производством

Солнышкина О.И.

Саблюкова Г.А.