



## МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

28.11.2023

2 день, 1 недели

| Прием пищи, наименование блюда    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>                    |              |                  |         |             |                               |
| Шницель из свинины рубленый       | 100          | 11,08            | 29      | 12,4        | 354                           |
| Картофельное пюре                 | 150          | 3,31             | 5       | 22,08       | 148                           |
| Чай с сахаром 200/15              | 215          | 0,2              |         | 15,03       | 61                            |
| Батон йодированный                | 35           | 2,63             | 1       | 17,99       | 92                            |
| Итого за Завтрак                  | 500          | 17,22            | 35      | 67,5        | 655                           |
| <b>Обед</b>                       |              |                  |         |             |                               |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 250          | 1,87             | 4       | 8,96        | 84                            |
| Гуляш из свинины 45/45            | 90           | 10,21            | 26      | 4,05        | 290                           |
| Макароны отварные                 | 150          | 6,31             | 5       | 40,22       | 227                           |
| Компот из яблок свежих            | 200          | 0,16             |         | 27,9        | 115                           |
| Хлеб ржаной                       | 30           | 1,98             |         | 10,02       | 52                            |
| Итого за Обед                     | 720          | 20,53            | 35      | 91,15       | 768                           |
| <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                     |              | 41,79            | 74      | 220,23      | 1731                          |

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Солнышкина О.И.

Саблюкова Г.А.