



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша манная вязкая	250	10,00	12,65	70,80	432,83	256
	Какао с молоком	200	3,50	2,90	10,18	80,9	292*
	Батон нарезной	40	3,00	1,16	20,56	104,8	117
	Сыр сычужный твердый порциями	12	3,07	3,13	0,00	41,16	106
	кондитерские изделия	40	1,28	1,12	32,44	136,84	б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		542	20,85	20,96	133,98	796,53	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с огурцами	60	1,39	6,61	2,67	76,14	3
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	5,06	2,96	17,60	117,58	149
	Печень, тушенная в соусе	100	21,77	11,68	8,56	226,92	406
	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,24	5,12	32,64	205,28	243
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	13,16	50,14	527
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	114
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		790	41,20	27,17	107,67	839,66	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1332	62,05	48,13	241,65	1636,19	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1332	62,05	48,13	241,65	1636,19	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1332	62,05	48,13	241,65	1636,19	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 12-18 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК	Каша манная вязкая	250	10,00	12,65	70,80	432,83	256
	Какао с молоком	200	3,50	2,90	10,18	80,9	292*
	Батон нарезной	45	3,38	1,31	23,13	117,9	117
	Сыр сычужный твердый порциями	15	3,84	3,92	0,00	51,45	106
	кондитерские изделия	60	1,92	1,68	48,66	205,26	б/н
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		570	22,64	22,46	152,77	888,34	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с огурцами	100	2,32	11,02	4,45	126,9	3
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	250	6,32	3,70	22,00	146,98	149
	Печень, тушенная в соусе	100	21,77	11,68	8,56	226,92	406
	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,69	6,14	39,17	246,33	243
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,06	0,00	13,16	50,14	527
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,75	114
	Хлеб ржаной	45	2,97	0,54	15,03	78,3	115
ИТОГО ЗА ОБЕД		920	45,55	33,44	124,51	981,32	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1490	68,19	55,90	277,28	1869,66	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1490	68,19	55,90	277,28	1869,66	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1490	68,19	55,90	277,28	1869,66	