



УТВЕРЖДАЮ

ИП Савина М.П.

Индивидуальный предприниматель

Савина М.П.

Дата: 06.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Каша манная вязкая	200	7,42	5,42	35,72	222,3	214
	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	45	6,69	10,03	9,51	155,57	64
	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88	465
	Хлеб пшеничный формовой	60	4,56	0,48	29,52	140,4	573
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		505	21,47	18,43	88,35	606,27	
ОБЕД	Рассольник ленинградский	250	5,45	8,17	16,78	163,1	100
	Рис с овощами	200	5,54	3,54	47,24	243,08	241
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84	495
	Тефтели из говядины (паровые)	90	12,47	8,36	5,91	149,14	348
	Овощи свежие (порциями)	30	0,54	0,03	1,41	8,4	148
	Хлеб пшеничный формовой	60	4,56	0,48	29,52	140,4	573
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	82
ИТОГО ЗА ОБЕД		930	29,56	21,08	130,76	835,12	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1435	51,03	39,51	219,11	1441,39	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1435	51,03	39,51	219,11	1441,39	