



УТВЕРЖДАЮ

ИП Савина М.П.

Индивидуальный предприниматель

Савина М.П.

Дата: 10.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 7							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная вязкая	200	8,20	6,44	36,88	239,42	223
	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63	267
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38	457
	Хлеб пшеничный формовой	60	4,56	0,48	29,52	140,4	573
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	18,06	11,62	76,00	480,82	
ОБЕД	Борщ из свежей капусты	250	4,63	7,90	9,08	125,97	93
	Пюре картофельное	150	4,05	6,00	8,70	105	377
	Фрикадельки мясные	100	20,00	15,90	0,72	226,1	145
	Овощи свежие (порциями)	30	0,54	0,03	1,41	8,4	148
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84	495
	Хлеб пшеничный формовой	60	4,56	0,48	29,52	140,4	573
ИТОГО ЗА ОБЕД		790	34,38	30,41	69,53	689,87	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1290	52,44	42,03	145,53	1170,69	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1290	52,44	42,03	145,53	1170,69	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1290	52,44	42,03	145,53	1170,69	