



УТВЕРЖДАЮ

ИП Савина М.П.

Индивидуальный предприниматель

Савина М.П.

Дата: 16.06.2025

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 9							
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	45	6,69	10,03	9,51	155,57	64
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38	457
	Каша гречневая вязкая	200	8,70	7,50	31,42	227,7	213
	Хлеб пшеничный формовой	60	4,56	0,48	29,52	140,4	573
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	505	20,15	18,11	79,75	561,67	
ОБЕД	Суп с рыбными консервами	250	9,30	11,40	10,05	180	122
	Котлеты, рубленные из птицы с соусом молочным	90	10,89	8,73	8,82	157,5	374
	Макаронные изделия отварные	150	5,55	4,95	29,55	184,5	256
	Овощи свежие (порциями)	30	0,54	0,03	1,41	8,4	148
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	82
	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	880	31,84	26,09	109,25	801,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1385	51,99	44,20	189,00	1363,47	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1385	51,99	44,20	189,00	1363,47	