



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
ЗАВТРАК							
	Залепанка рисовая с творогом	200	13,46	6,14	52,54	318,66	282
	Какао с молоком сгущенным	200	3,20	3,60	19,20	122	463
	Бутерброды с маслом (2-й вариант)	45	2,16	13,32	13,50	181,8	70
	Хлеб пшеничный формовой	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,2	574
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		505	23,46	23,68	112,94	757,26	
ОБЕД							
	Суп-лапша домашняя	200	5,24	5,42	14,44	128,66	128
	Рагу из птицы	240	25,20	22,80	19,08	382,8	376
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,00	0,00	15,00	60	484
	Овощи свежие (порциями)	60	1,08	0,06	2,82	16,8	148
	Хлеб пшеничный формовой	40	3,04	0,32	19,68	93,6	573
	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,2	574
	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	82
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	36,56	29,30	88,84	770,06	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1365	60,02	52,98	201,78	1527,32	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1365	60,02	52,98	201,78	1527,32	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1365	60,02	52,98	201,78	1527,32	