



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория:

7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 2							
ЗАВТРАК							
	Каша рисовая вязкая	200	5,86	6,50	36,64	229,24	217
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38	457
	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	12,86	20,54	87,14	583,84	
ОБЕД							
	Свекольник	200	4,24	6,46	13,34	128,1	98
	Кнели из говядины	90	13,50	12,51	1,80	173,7	337
	Пюре картофельное	150	4,05	6,00	8,70	105	377
	Овощи свежие (порциями)	60	1,08	0,06	2,82	16,8	148
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84	495
	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	28,51	26,15	84,26	689,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
		1365	41,37	46,69	171,40	1273,24	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:							
		1365	41,37	46,69	171,40	1273,24	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:							
		1365	41,37	46,69	171,40	1273,24	