



**Меню приготавливаемых блюд**

**Возрастная категория:**

7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,28	7,26	34,84	233,76	235
	Кофейный напиток	200	1,40	1,20	11,40	63	464
	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	45	6,54	9,63	10,43	153,2	64
	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
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>505</b>	<b>19,86</b>	<b>18,71</b>	<b>84,37</b>	<b>584,76</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Суп картофельный с клецками	200	4,42	5,12	11,96	112,28	115
	Котлеты, биточки или шницели из птицы припущенные	90	18,00	16,20	9,64	255,86	372
	Калуста тушеная	150	3,00	5,10	11,40	103,5	380
	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
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>860</b>	<b>32,14</b>	<b>27,60</b>	<b>93,42</b>	<b>754,24</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1365</b>	<b>52,00</b>	<b>46,31</b>	<b>177,79</b>	<b>1339</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1365</b>	<b>52,00</b>	<b>46,31</b>	<b>177,79</b>	<b>1339</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1365</b>	<b>52,00</b>	<b>46,31</b>	<b>177,79</b>	<b>1339</b>	