



**Меню приготавливаемых блюд**

**Возрастная категория:** 7-12 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша манная вязкая	200	7,42	5,42	35,72	222,3	214
	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	45	6,54	9,63	10,43	153,2	64
	Кофейный напиток с молоком	200	2,80	2,50	13,60	88	465
	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>21,40</b>	<b>18,17</b>	<b>87,45</b>	<b>598,3</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Рассольник ленинградский	200	4,36	6,54	13,42	130,48	100
	Тефтели из говядины (паровые)	90	14,80	7,06	7,53	152,15	348
	Рис с овощами	150	4,15	2,65	35,43	182,31	241
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84	495
	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
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>860</b>	<b>30,03</b>	<b>17,43</b>	<b>116,80</b>	<b>747,54</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1365</b>	<b>51,43</b>	<b>35,60</b>	<b>204,25</b>	<b>1345,84</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1365</b>	<b>51,43</b>	<b>35,60</b>	<b>204,25</b>	<b>1345,84</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1365</b>	<b>51,43</b>	<b>35,60</b>	<b>204,25</b>	<b>1345,84</b>	