

МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

2 мая

4 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Печенье	40	3,00	4	36,01	169
Котлета "Морячок" с соусом	90	11,30	2,04	11,5	68
Рис отварной	150	3,6	4	38,28	205
Хлеб ржаной	32,5	2,15	0	13,55	63
Напиток из шиповника	200	0,24	0	19,49	74
Итого за Завтрак	512,5	20,33	11	118,86	579
Обед					
Помидоры свежие	60	0,36	0	2,53	13
Суп- лапша на курином бульоне с курицей	200	3,12	4	12,73	100
Зраза Любимая с соусом	110	8,7	10,7	6,45	157
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,92	4,99	46,66	255
Хлеб пшеничный	20	1,3	0	9,38	45
Хлеб ржаной	32,5	2,2	0	13,55	63
Компот из сухофруктов	200	0,8	0	19,83	69
Итого за Обед	772,5	25,36	20	111,1	702
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	130	0,52	1	12,74	61
Хачапури с сыром	100	14,49	14	37,52	339
Итого за Полдник	430	15,01	15	70,46	488
Итого за день	1715	60,70	46	300,45	1 769

Управляющий директор

Зав. производством



Вахруков М. С.