

## Меню на \_\_\_\_\_

День: 12

Возрастная категория: 6-11 лет

Наименование блюда	Цена,р	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>						
Каша жидкая молочная рисовая (пшеничная)		200	6,25	8,28	34,83	245,33
Чай с молоком		200	3,74	4,19	22,11	140,00
Хлеб ржаной		20	0,98	0,20	8,95	40,00
Хлеб пшеничный или батон		25	2,00	0,38	9,48	52,00
Яйцо отварное		40	0,05	4,29	0,07	38,82
Сыр (порциями)		15	1,70	3,45	0,39	45,00
<b>Итого</b>	<b>65,58</b>		<b>14,72</b>	<b>20,79</b>	<b>75,83</b>	<b>561,15</b>
<b>Обед</b>						
Салат из отварной свеклы с сыром		60	2,65	8,69	8,73	124,55
Суп картофельный гороховый		200	5,32	2,84	22,20	131,00
Капуста тушеная с мясом		200	14,68	16,85	19,93	278,70
Сок		200	1,00	0,20	20,00	65,80
Хлеб пшеничный		55	4,40	0,83	20,85	114,40
Хлеб ржаной		30	1,47	0,30	13,44	60,00
<b>Итого</b>	<b>98,39</b>		<b>29,52</b>	<b>29,71</b>	<b>105,15</b>	<b>774,45</b>

### ГПД

Капуста тушеная с мясом		150	14,68	16,85	19,93	278,70
Сок		200	1,00	0,20	20,00	65,80
Хлеб пшеничный		30	4,40	0,83	20,85	114,40
<b>Итого</b>	<b>47,39</b>		<b>49,60</b>	<b>47,59</b>	<b>165,93</b>	<b>1233,35</b>

### Полдник

Чай с сахаром		200	0,10	0,03	16,00	65,00
Ватрушка с творогом		100	1,50	1,41	22,50	109,80
<b>Итого</b>	<b>45,55</b>		<b>1,60</b>	<b>1,44</b>	<b>38,50</b>	<b>174,80</b>

Возрастная категория: 12 лет и старше

Наименование блюда	Цена,р	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
<b>Завтрак</b>						
Каша жидкая молочная рисовая (пшеничная)		250	6,25	8,28	34,83	245,33
Чай с молоком		200	3,74	4,19	22,11	140,00
Хлеб ржаной		40	0,98	0,20	8,95	40,00
Хлеб пшеничный или батон		40	2,00	0,38	9,48	52,00
Яйцо отварное		40	0,05	4,29	0,07	38,82
Сыр (порциями)		19	1,70	3,45	0,39	45,00
<b>Итого</b>	<b>76,26</b>		<b>14,72</b>	<b>20,79</b>	<b>75,83</b>	<b>561,15</b>
<b>Обед</b>						
Салат из отварной свеклы с сыром		100	2,65	8,69	8,73	124,55
Суп картофельный гороховый		250	5,32	2,84	22,20	131,00
Капуста тушеная с мясом		268	14,68	16,85	19,93	278,70
Сок		200	1,00	0,20	20,00	65,80
Хлеб пшеничный		75	4,40	0,83	20,85	114,40
Хлеб ржаной		40	1,47	0,30	13,44	60,00
<b>Итого</b>	<b>114,37</b>		<b>29,52</b>	<b>29,71</b>	<b>105,15</b>	<b>774,45</b>

### Полдник

Чай с сахаром		200	0,10	0,03	16,00	65,00
Ватрушка с творогом		100	1,50	1,41	22,50	109,80
<b>Итого</b>	<b>52,95</b>		<b>1,60</b>	<b>1,44</b>	<b>38,50</b>	<b>174,80</b>