

Меню на _____

День: 7

Возрастная категория: 6-10 лет

Наименование блюда 2	Цена, р	Масса порции 3	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 7
			Б 4	Ж 5	У 6	
Завтрак						
Каша жидкая молочная рисовая (пшенная)		200	6,25	8,28	34,83	245,33
Кондитерские изделия		30	0,84	0,99	23,19	106,20
Чай с сахаром		200	5,53	6,06	24,63	174,00
Сыр (порциями)		15	1,70	3,45	0,39	45,00
Хлеб ржаной		20	0,98	0,20	8,95	40,00
Хлеб пшеничный или батон		25	2,00	0,38	9,48	52,00
Итого	68,13		17,30	19,36	101,47	662,53
Обед						
Салат из свеклы с зеленым горошком		60	13,60	6,80	0,00	116,00
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной		205	1,91	3,97	8,14	85,00
Жаркое по-домашнему (азу)		200	12,71	17,06	15,16	270,00
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
Итого	102,22		35,09	29,16	77,59	711,20
ГПД						
Жаркое по-домашнему (азу)		150	12,71	17,06	15,16	270,00
Сок		200	1,00	0,20	20,00	65,80
Хлеб пшеничный		55	4,40	0,83	20,85	114,40
Итого	49,24					

Полдник						
Молоко кипяченое		200	5,60	6,40	9,40	116,00
Кондитерские изделия		30	1,50	1,41	22,50	109,80
Яблоко, или груша, или банан, или др.		70	0,28	0,28	6,86	32,90
Итого	51,11					

Возрастная категория: 11 лет и старше

Наименование блюда 2	Цена, р	Масса порции 3	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал) 7
			Б 4	Ж 5	У 6	
Завтрак						
Каша жидкая молочная рисовая (пшенная)		250	6,25	8,28	34,83	245,33
Кондитерские изделия		50	0,95	102,00	25,26	126,20
Чай с сахаром		200	5,53	6,06	24,63	174,00
Сыр (порциями)		19	1,70	3,45	0,39	45,00
Хлеб ржаной		40	0,98	0,20	8,95	40,00
Хлеб пшеничный или батон		40	2,00	0,38	9,48	52,00
Итого	79,23		17,41	120,37	103,54	682,53
Обед						
Салат из свеклы с зеленым горошком		100	13,60	6,80	0,00	116,00
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной		255	1,91	3,97	8,14	85,00
Жаркое по-домашнему (азу)		200	12,71	17,06	15,16	270,00
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
Итого	118,83		35,09	29,16	77,59	711,20
Полдник						
Молоко кипяченое		200	5,60	6,40	9,40	116,00
Кондитерские изделия		30	1,50	1,41	22,50	109,80
Яблоко, или груша, или банан, или др.		70	0,28	0,28	6,86	32,90
Итого	51,11		7,38	8,09	38,76	258,70

