

Меню на _____

День: 8

Возрастная категория: 6-10 лет

Наименование блюда	Цена,р	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
Рыба, тушеная в томате с овощами		100	7,18	562,00	30,44	201,37
Пюре картофельное		150	3,76	5,58	30,00	185,26
Хлеб ржаной		20	0,98	0,20	8,95	40,00
Хлеб пшеничный или батон		25	2,00	0,38	9,48	52,00
Масло сливочное (порциями)		6	0,05	4,29	0,07	38,82
Какао (или кофеный напиток) с молоком		200	5,53	6,06	24,63	174,00
Кондитерские изделия		30	0,84	0,99	23,19	106,20
Итого	68,13		20,34	579,50	126,76	797,65
Обед						
Салат "Мозайка"		60	5,63	9,70	1,10	137,00
Суп-лапша домашняя		200	2,76	3,12	16,35	102,00
Котлеты, биточки, шницели из говядины		80	16,75	7,98	68,20	196,80
Рис отварной с овощами		150	3,03	4,62	9,08	98,00
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		35,04	26,75	149,02	774,00

ГПД

Котлеты, биточки, шницели из говядины		60	16,75	7,98	68,20	196,80
Рис отварной с овощами		120	3,76	5,58	17,42	165,00
Чай с сахаром		200	1,00	0,20	20,00	65,80
Хлеб пшеничный		55	4,40	0,83	20,85	114,40
Итого	49,24					

Полдник

Сок		200	3,74	4,19	22,11	140,00
Кондитерские изделия		80	1,50	1,41	22,50	109,80
Итого	51,11					

Возрастная категория: 11 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
Завтрак						
Рыба, тушеная в томате с овощами		100	13,09	16,16	3,61	183,34
Пюре картофельное		180				
Хлеб ржаной		40	11,41	7,80	51,56	320,00
Хлеб пшеничный или батон		45	0,88	11,07	3,78	118,13
Масло сливочное (порциями)		200	0,10	0,03	16,00	65,00
Какао (или кофеный напиток) с молоком		40	0,98	0,20	8,95	40,00
Кондитерские изделия		40	2,00	0,38	9,48	52,00
Итого	79,23		28,46	35,64	93,38	778,47
Обед						
Салат "Мозайка"		100	5,63	9,70	1,10	137,00
Суп-лапша домашняя		250	2,76	3,12	16,35	102,00
Котлеты, биточки, шницели из говядины		100	16,75	7,98	68,20	196,80
Рис отварной с овощами		180	3,03	4,62	9,08	98,00
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		35,04	26,75	149,02	774,00

Полдник

Сок		200	3,74	4,19	22,11	140,00
Кондитерские изделия		80	1,50	1,41	22,50	109,80
Итого	59,41					