



## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

7-11 ЛЕТ

1 день 5.06.23.

Согласовано  
Директор

| № рецептуры    | Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                |   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>ЗАВТРАК</b> |   |              |                  |         |             |                               |
| 302            | КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТК №82 | 200          | 5,5              | 3,4     | 32,4        | 181,8                         |
| 337            | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                   | 1            | 5,5              | 5,0     | 0,3         | 68,6                          |
| 392            | ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д                        | 200          | 0,1              | 0,0     | 10,8        | 43,3                          |
|                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         |
|                |   |              | 14,8             | 8,7     | 67,8        | 408,5                         |
| <b>ОБЕД</b>    |   |              |                  |         |             |                               |
|                | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                             | 60           | 0,9              | 0,1     | 5,1         | 24,4                          |
| 87             | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТК №47    | 200          | 1,5              | 3,5     | 7,6         | 68,8                          |
| 247            | РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ ТК №247            | 90           | 10,9             | 5,1     | 2,8         | 100,0                         |
| 513            | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ №513              | 180          | 4,8              | 5,1     | 47,3        | 254,5                         |
| 639            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК № 639        | 200          | 0,4              | 0,0     | 20,4        | 84,3                          |
|                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 40           | 3,0              | 0,2     | 19,5        | 91,9                          |
|                | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                             | 40           | 2,5              | 0,4     | 16,5        | 79,2                          |
|                |   |              | 24,0             | 14,4    | 119,2       | 703,1                         |
|                |   |              | 38,8             | 23,1    | 187,0       | 1 111,6                       |

Утверждаю  
Киселев Г.А.



Согласовано  
Директор



### ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

12-18 лет

1 день 5.06.23

| № рецептуры    | Прием пищи, наименование блюда              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                |   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>ЗАВТРАК</b> |   |              |                  |         |             |                               |
| 302            | КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ ТК №82 | 250          | 7,1              | 3,9     | 42,2        | 232,4                         |
| 337            | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337                   | 1            | 5,5              | 5,0     | 0,3         | 68,6                          |
|                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 50           | 3,7              | 0,3     | 24,3        | 114,8                         |
| 392            | ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д                        | 200          | 0,1              | 0,0     | 10,8        | 43,3                          |
|                |   |              | 16,4             | 9,2     | 77,6        | 459,1                         |
| <b>ОБЕД</b>    |   |              |                  |         |             |                               |
|                | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ                             | 100          | 1,5              | 0,1     | 8,5         | 40,7                          |
| 87             | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТК №47    | 250          | 1,9              | 4,1     | 9,5         | 82,6                          |
| 247            | РЫБА ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ № 247               | 100          | 10,9             | 5,1     | 2,8         | 100,0                         |
| 513            | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ТОМАТОМ №513              | 180          | 4,8              | 5,1     | 47,3        | 254,5                         |
| 639            | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК №639         | 200          | 0,4              | 0,0     | 20,4        | 84,3                          |
|                | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 60           | 4,5              | 0,4     | 29,2        | 137,8                         |
|                | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                             | 60           | 3,9              | 0,5     | 24,6        | 118,7                         |
|                |   |              | 17,0             | 16,6    | 139,6       | 776,9                         |
|                |   |              | 33,4             | 25,8    | 217,2       | 1 236,0                       |