

14.09.2023г.

Утверждаю



Ежедневное меню

9 день

7-11 лет

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
302	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	200	8,40	15,50	46,40	298,20
229	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	30/20	8,77	5,50	3,40	94,50
685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	5,40	15,00	58,00
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	50	0,75	0,08	4,41	21,40
Итого за весь прием пищи:		30	1,98	0,36	10,26	54,30

520

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
ЗАВТРАК						
302	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	250	13,16	19,37	43,00	373,00
2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (БАТОН)	30/20	3,30	0,20	27,20	117,40
685	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	200	9,75	4,95	3,80	105,00
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	150	0,60	6,50	14,30	68,40
		60	0,90	0,10	5,30	25,70
Итого за весь прием пищи:		650	26,81	31,12	88,30	663,80

590