

18.10.2023г.

Утверждаю



## Ежедневное меню

3 день

7-11 лет

льготное питание

| №<br>рецеп.                      | Наименование блюда                        | Масса<br>порции | Пищевые вещества |              |                | Энерг.<br>Ценност<br>ь ккал. |
|----------------------------------|---|-----------------|------------------|--------------|----------------|------------------------------|
|                                  |   |                 | Белки,г          | Жиры,г.      | Углевод<br>ы,г |                              |
| <b>ЗАВТРАК</b>                   |   |                 |                  |              |                |                              |
| 455                              | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ | 90              | 11,70            | 13,70        | 12,00          | 216,90                       |
| 203                              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ               | 150             | 5,10             | 9,15         | 34,20          | 244,50                       |
| 70                               | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ)        | 50              | 1,10             | 0,00         | 2,30           | 13,60                        |
| 685 а                            | ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ                     | 200             | 0,20             | 0,00         | 15,00          | 58,00                        |
| 68                               | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                          | 30              | 1,98             | 0,36         | 10,26          | 54,30                        |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b> |   | <b>520</b>      | <b>20,08</b>     | <b>23,21</b> | <b>73,76</b>   | <b>587,30</b>                |

## 12-18 лет

| №<br>рецеп.                      | Наименование блюда                        | Масса<br>порции | Пищевые вещества |              |                | Энерг.<br>Ценност<br>ь ккал. |
|----------------------------------|---|-----------------|------------------|--------------|----------------|------------------------------|
|                                  |   |                 | Белки,г          | Жиры,г.      | Углевод<br>ы,г |                              |
| <b>ЗАВТРАК</b>                   |   |                 |                  |              |                |                              |
| 455                              | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ | 100             | 12,90            | 14,90        | 13,10          | 238,20                       |
| 203                              | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ               | 180             | 6,12             | 10,98        | 41,04          | 293,40                       |
| 70                               | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ)        | 60              | 1,32             | 0,00         | 2,76           | 16,32                        |
| 685 а                            | ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ                     | 200             | 0,20             | 0,00         | 15,00          | 58,00                        |
| 6                                | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                          | 50              | 3,30             | 0,60         | 17,10          | 90,50                        |
| <b>Итого за весь прием пищи:</b> |   | <b>590</b>      | <b>23,84</b>     | <b>26,48</b> | <b>89,00</b>   | <b>696,42</b>                |