

МЕНЮ 16.11.2023

Вариант 4

Первый прием пищи
Завтрак (возрастная группа 7-11 лет)

№ рец. по сбор.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции с 7 до 11 лет	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	60	0,84	3,6	4,96	55,68
229/2017м	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	90	10,70	7,40	6,30	134,60
125/2017 м	Картофель отварной с маслом	150	3,03	5,94	21,98	153,5
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,55	24,15	116,90
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38
	Итого	550	18,72	17,49	67,77	503,06

Первый прием пищи
Завтрак (возрастная группа 12-18 лет)

№ рец. по сбор.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции с 12 до 18 лет	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность
			Б	Ж	У	
52/2017м	Свекла отварная с растительным маслом	100	1,4	6,01	8,26	92,8
229/2017м	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	11,89	8,90	7,50	157,66
125/2017 м	Картофель отварной с маслом	180	3,63	7,12	26,18	183,32
701/2010м	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,55	24,15	116,90
54-2гн/2022н	Чай с сахаром	200	0,2	0	10,38	42,38
	Итого	630	21,07	22,58	76,47	593,06