

03.06.242

Утверждаю

Киселев Г.А.

Согласовано  
Директор

## ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

7-11 ЛЕТ

1 день

№ 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
			<b>14,8</b>	<b>8,7</b>	<b>67,8</b>	<b>408,5</b>
<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
			<b>24,0</b>	<b>14,4</b>	<b>119,2</b>	<b>703,1</b>
			<b>38,8</b>	<b>23,1</b>	<b>187,0</b>	<b>1 111,6</b>