

И.О. директора
школы

Петрищева И.В.

Утверждаю

Директор ООО "СОЮЗ-М"
Киселев Д.Г.

дневное меню

6 день

7-11 лет

полноценное питание

28.04

7-11 лет						
№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г	Углевод	
ЗАВТРАК						
181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ	200	5,80	6,50	21,80	205,00
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ № 3 (БАТОН)35/5/10	50	5,80	8,30	14,83	137,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 337	40	5,50	5,00	0,30	68,60
	Итого за прием пищи:	490	17,30	19,80	51,93	468,60
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30
	Итого за прием пищи:	300	7,60	11,00	92,20	490,30
	Всего:	790	24,90	30,80	144,13	958,90

12-18 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценности
			Белки,г	Жиры,г	Углевод	
	ЗАВТРАК					
181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ	250	7,30	8,12	27,25	256,25
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3 (БАТОН)35/5/10	50	5,80	8,30	14,83	137,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ № 337	40	5,50	5,00	0,30	68,60
	Итого за прием пищи:	540	18,80	21,42	57,38	519,85
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90
	Итого за прием пищи:	350	7,60	11,00	99,25	517,90
	Всего:	890	26,40	32,42	156,63	1 037,75