

Утверждаю

Кирилов Д.Г.

«СОЮЗ-К»

Согласовано

Директор

Лок

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10 день

7-11 ЛЕТ

№ рецептур ы	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и- ческая
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	

ЗАВТРАК

302	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТК №101	200	7,1	5,7	32,6	210,0
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	150	0,6	0,6	14,3	68,4
392	ЧАЙ С САХАРОМ №392 Д	200	0,1	0,0	10,8	43,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,0	0,2	19,5	91,9
			10,8	6,5	77,2	413,6

ОБЕД

	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
455	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТК	90	8,0	7,9	12,1	151,2
516	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516	150	5,5	4,3	34,0	196,8
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
			21,8	16,4	115,2	696,6
			32,6	22,9	192,4	1 110,2