



Утверждаю



Ежедневное меню  
6 день  
7-11 лет  
льготное питание

21.10.25.

№ рецеп	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углевод	
<b>ЗАВТРАК</b>						
181	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ №181	200	5,80	6,50	21,80	227,00
3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ № 3 (БАТОН)35/5/10	50	5,80	8,30	14,83	137,00
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	210	0,20	0,00	15,00	58,00
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	150	0,60	0,60	14,30	68,40
337	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ № 337	40	5,50	5,00	0,30	68,60
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>650</b>	<b>17,90</b>	<b>20,40</b>	<b>66,23</b>	<b>559,00</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>	<b>7,60</b>	<b>11,00</b>	<b>92,20</b>	<b>490,30</b>
	<b>Всего:</b>	<b>950</b>	<b>25,50</b>	<b>31,40</b>	<b>158,43</b>	<b>1 049,30</b>

12-18 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки, г	Жиры, г	Углевод	
<b>ЗАВТРАК</b>						
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	210	0,20	0,00	15,00	58,00
338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	150	0,60	0,60	14,30	68,40
337	ЯЙЦО ВАРЁНОЕ № 337	40	5,50	5,00	0,30	68,60
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>700</b>	<b>19,40</b>	<b>22,02</b>	<b>71,68</b>	<b>588,25</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
	БУЛОЧКА ЮЖАНКА	100	7,50	11,00	64,00	380,00
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90
	<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>7,60</b>	<b>11,00</b>	<b>99,25</b>	<b>517,90</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1050</b>	<b>27,00</b>	<b>33,02</b>	<b>170,93</b>	<b>1 106,15</b>

Певар: Якушка Пошнина И.В.  
 Сов. за маме: Кисел Курманова О.А.