

И.О. директора
Школа №1
Петенца И.В.

Утверждаю



Ежедневное меню

9 день

7-11 лет

06.11

логотип питания

логичное питание						
№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод	
	ЗАВТРАК					
302	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ №302	200	10,53	15,50	34,40	298,20
2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 (БАТОН)30/20	50	3,30	0,20	22,20	117,40
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	180	0,18	0,00	13,50	52,50
ТК№338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	100	0,40	0,40	9,73	45,60
	Итого за прием пищи:	530	14,41	16,10	79,83	513,70
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА С МАКОМ	100	7,11	5,50	47,30	267,60
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	200	0,10	0,00	28,20	110,30
	Итого за прием пищи:	300	7,21	5,50	75,50	377,90
	Всего:	830	21,62	21,60	155,33	891,60

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценность ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК					
302	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ №302	250	13,16	19,37	43,00	372,70
2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ №2 (БАТОН)30/20	50	3,30	0,20	27,20	117,40
685	ЧАЙ С САХАРОМ №685	200	0,20	0,00	15,00	58,00
ТК№338	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	100	0,40	0,40	9,73	45,60
	Итого за прием пищи:	600	17,06	19,97	94,93	593,70
ПОЛДНИК						
	БУЛОЧКА С МАКОМ	100	7,11	5,50	47,30	267,60
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА №360	250	0,10	0,00	35,25	137,90
	Итого за прием пищи:	350	7,21	5,50	82,55	405,50
	Всего:	950	24,27	25,47	177,48	999,20