



Ежедневное меню

3 день

7-11 лет

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК					
	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363	90/30	11,30	10,60	14,10	190,20
203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	150	5,10	9,15	34,20	244,50
2	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ	60	0,90	0,10	5,10	24,40
685a	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685a	200	0,20	0,00	15,00	58,00
68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50
	Итого за прием пищи:	580	20,80	20,45	85,50	607,60
Полдник						
	Плюшка с сахаром ТТК №3Е	100	7,60	8,80	56,40	334,00
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,20	0,20	27,50	112,70
	Итого за весь прием пищи:	300	7,80	9,00	83,90	446,70

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК					
	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №307/363	100/30	12,50	11,77	15,60	211,30
203	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ №203	180	6,12	10,98	41,04	293,40
2	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ №2	100	1,50	0,10	8,50	40,70
	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ №685 а	200	0,20	0,00	15,00	58,00
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ ТТК №68	50	3,30	0,60	17,10	90,50
	Итого за прием пищи:	760	23,62	23,45	97,24	693,90
Полдник						
	Плюшка с сахаром ТТК №3Е	100	7,60	8,80	56,40	334,00
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,20	0,20	27,50	112,70
	Итого за весь прием пищи:	300	7,80	9,00	83,90	446,70