

УТВЕРЖДАЮ:



Л.В.Дорохова

УТВЕРЖДАЮ:



Коновалова Н.И.

МЕНЮ 14 октября 2021 г. Возраст 7-11 лет

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭН. ЦЕННОСТЬ (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Пудинг творожный с изюмом	200	15,14	10,76	24,33	255	362
	Повидло	20	0,01	0,01	2,5	10,4	380
	Масло сливочное	10	0,06	8,3	0,09	66	96
	Кофейный напиток	200	2,5	3,6	28,7	152	692
	Хлеб пшеничный	70	1,18	0,15	7,25	32,25	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>18,89</b>	<b>22,82</b>	<b>62,87</b>	<b>516</b>	
Обед	Горошек зеленый консервированный	60	1,7	3,1	3,7	50,1	10
	Свекольник	200	1,55	5,05	5,2	83,3	114
	Рыба тушеная в томате с овощами	90	8,5	4,1	4,5	89,6	374
	Пюре картофельный	150	3,15	8,25	21,75	189	520
	Кисель витаминизированный	180	5,6	0,08	30	138	640
	Хлеб ржано-пшеничный	40	0,79	0,1	4,83	23,5	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>720</b>	<b>2,29</b>	<b>20,68</b>	<b>69,98</b>	<b>573,5</b>	

МЕНЮ 14 октября 2021 г. Возраст 11-18 лет

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД БЛЮДА	ПИЩЕВЫЕ ВЕЩЕСТВА			ЭН. ЦЕННОСТЬ (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Завтрак	Пудинг творожный с изюмом	230	16,8	11,9	27	283,3	362
	Повидло	20	0,01	0,01	2,5	10,4	380
	Масло сливочное	10	0,06	8,3	0,09	66	96
	Кофейный напиток	200	2,5	3,6	28,7	152	692
	Хлеб пшеничный	90	1,18	0,15	7,25	32,25	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>550</b>	<b>20,55</b>	<b>23,96</b>	<b>66,34</b>	<b>547,5</b>	
Обед	Горошек зеленый консервированный	100	2,9	5,2	6,2	83,6	10
	Свекольник	250	1,9	6,3	6,5	104,1	114
	Рыба тушеная в томате с овощами	100	10,6	5,1	5,6	112	375
	Пюре картофельный	180	3,7	9,9	26,1	226,8	520
	Кисель витаминизированный	180	5,6	0,08	30	138	640
	Хлеб ржано-пшеничный	40	0,79	0,1	4,83	23,5	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>850</b>	<b>25,49</b>	<b>26,68</b>	<b>79,23</b>	<b>688</b>	