



МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

1 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом сливочным 250/5	255	7,69	8	45,17	286
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батончик к чаю	30	2,25	1	15,42	79
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак	600	10,54	9	85,42	473
Обед					
Суп с макаронными изделиями, курой 200/10	210	5,23	2	12,68	93
Тефтели Нежные с соусом 70/50	120	8,92	23	9,81	280
Рис отварной	150	3,85	5	40,17	224
Напиток из смеси сухофруктов	200	0,58		31,82	130
Хлеб ржаной	40	2,64		13,36	70
Итого за Обед	720	21,12	30	107,84	797
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Пирожок с конфитюром	60	3,77	4	25,03	148
Итого за Полдник	360	4,17	4	55,03	283
Итого за день		35,83	43	248,29	1 553

Директор
Бухгалтер-калькулятор
Зав. производством

Солнышкина О.И.

Дзюина А.А.



МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

2 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Шницель из свинины рубленый	100	11,08	29	12,4	354
Картофельное пюре	150	3,31	5	22,08	148
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	35	2,63	1	17,99	92
Итого за Завтрак	500	17,22	35	67,5	655
Обед					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,87	4	8,96	84
Гуляш из свинины 45/45	90	10,21	26	4,05	290
Макароны отварные	150	6,31	5	40,22	227
Компот из яблок свежих	200	0,16		27,9	115
Хлеб ржаной	30	1,98		10,02	52
Итого за Обед	720	20,53	35	91,15	768
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Пирожок с яблоками	60	3,64	4	31,58	173
Итого за Полдник	360	4,04	4	61,58	308
Итого за день		41,79	74	220,23	1 731

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Солнышкина О.И.

Дзюина А.А.



МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

3 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Ежики мясные с соусом 120/50	170	10,59	27	12,42	339
Помидор	60	0,66		2,28	14
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	35	2,63	1	17,99	92
Печенье в асс.	20	1,1	7	11,9	111
Итого за Завтрак	500	15,18	35	59,62	617
Обед					
Суп картофельный с горохом лущеным	250	5,94	5	19,34	144
Жаркое по-домашнему 24/176гр (говяд. конс.)	200	10	5	33,04	215
Напиток из компотной смеси с/м	200	0,15		26,4	106
Хлеб ржаной	30	1,98		10,02	52
Булочка домашняя	50	4,51	5	28,72	175
Итого за Обед	730	22,58	15	117,52	692
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Слойка с конфитюром	60	3,61	12	23,62	215
Итого за Полдник	360	4,01	12	53,62	350
Итого за день		41,77	62	230,76	1 659

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Солнышкина О.И.

Дзюина А.А.



МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

4 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Омлет натуральный с маслом 150/5	155	14,29	20	2,64	250
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	30	2,25	1	15,42	79
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Итого за Завтрак	500	17,14	21	42,89	437
Обед					
Борщ из свежей капусты с картофелем	250	1,9	4	12,57	98
Гуляш из птицы 50/50	100	14,39	16	3,21	214
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,77	6	39,62	248
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	28	1,85		9,35	49
Итого за Обед	743	27,11	26	79,78	670
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Пирожок с яблоками	60	3,64	4	31,58	173
Итого за Полдник	360	4,04	4	61,58	308
Итого за день		48,29	51	184,25	1 415

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Солнышкина О.И.

Дзюина А.А.



МЕНЮ дети от 7 до 11 лет

5 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Биточек мясной "Сочный"	100	13,22	21	13,22	295
Макароны отварные	150	6,31	5	40,22	227
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Батон йодированный	35	2,63	1	17,99	92
Итого за Завтрак	500	22,36	27	86,46	675
Обед					
Рассольник Ленинградский с перловкой 250	250	2,43	5	16,92	120
Плов со свиной	220	13,05	26	47,53	480
Чай с сахаром 200/15	215	0,2		15,03	61
Хлеб ржаной	30	1,98		10,02	52
Итого за Обед	715	17,66	31	89,5	713
Полдник					
Сок в индивидуальной упаковке	200			20,2	88
Яблоко 1 шт	100	0,4		9,8	47
Пирожок с конфитюром	60	3,77	4	25,03	148
Итого за Полдник	360	4,17	4	55,03	283
Итого за день		44,19	62	230,99	1 671

Директор

Бухгалтер-калькулятор

Зав. производством

Солнышкина О.И.

Дзюина А.А.