

Меню для детей 12 лет и старше



Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 6							
Завтрак	Суп молочный с крупой	250	4,40	5,10	18,13	136,63	76
	Масло сливочное	15	0,08	12,38	0,12	112,13	
	Сыр	15	3,95	3,99	0,00	52,59	
	Кофейный напиток	200	2,86	2,82	14,91	93,76	
	Хлеб пшеничный	100	7,9	1,00	48,3	245,5	
Итого за приём			28,90	40,63	83,21	824,34	
Обед	Салат из капусты	100	2,15	4,51	10,27	94,19	42
	Суп с рыбными консервами ТТК	300	8,03	9,74	21,67	213,26	
	Азу	60\50	17,10	23,49	3,32	294,69	95
	Макаронные изделия	180\5	6,53	4,33	40,00	232,97	227
	Компот из плодов	200	1,20	0,06	29,51	126,62	309
	Хлеб пшеничный	100	7,9	1,00	48,3	245,5	
	Хлеб ржаной	100	6,6	1,2	33,4	193,38	
Итого за приём			49,50	44,33	186,49	1400,61	
Полдник	Печенье	40	2,56	6,72	27,40	176,28	
	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	9,12	36,01	283
Итого за приём			2,75	6,76	36,52	212,29	
Ужин	Голубцы ленивые	180\40	20,85	16,77	15,01	301,09	126
	Чай с лимоном	200	0,25	0,05	9,31	38,48	302
	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,80	38,64	196,40	
	Хлеб ржаной	70	4,62	0,84	23,38	135,37	
Итого за приём			32,04	18,46	86,34	671,33	
Итого за день			113,19	110,19	392,55	3108,57	

Зав производства

Ирина Викторовна Ш. В.