

Утверждаю:

ИП Верещагин А.А.

Меню

Согласовано

Директор

Рацион: с 7 до 11 лет

Сезон: весна - лето

День: понедельник

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
630	Каша рисовая молочная вязкая 180/5	180\5	12,6	9,4	15,3	198
304	Кофейный напиток на молоке 200	200	3	4,8	16,6	101
1	Хлеб пшеничный 40	40	7,9	8,8	25,52	137,5
	СЫР ПОРЦИОННО 10	10				
1,33	Печенье 60	60	0,22	0,14	14,63	46
Итого за Завтрак			23,72	23,14	72,05	482,5
Обед						
25	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ 60	60	0,8	4,9	3,8	72
65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 200	200	12,22	4,85	27,1	194
137	БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/40	2,4	14,13	7,6	110
227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	150	5,4	3,66	33,3	196,16
300	ЧАЙ С САХАРОМ 200	200	0,2		10,9	35,5
1,28	Хлеб ржаной 40	40	3,78	3,12	16,94	128
Итого за Обед			24,8	30,66	99,64	735,66
Итого за день			48,52	53,8	171,69	1218,16

Утверждаю _____
ИП Верещагин А.А.

Меню

Согласовано: _____
Директор

Рацион: с 12 лет

Сезон: весна - лето

День: понедельник

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
322,02	Каша рисовая молочная	200/5	20,8	13,44	28,88	320
304	Кофейный напиток на молоке	200	3	4,8	16,6	101
1,33	Печенье	60	0,22	0,14	14,63	46
1	Хлеб пшеничный	40	7,9	8,8	25,52	137,5
Итого за Завтрак			31,92	27,18	85,63	604,5
Обед РП						
137	БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/40	2,4	14,13	7,6	110
227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,2	7,36	44,45	282,72
300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		10,9	35,5
1,28	Хлеб ржаной	40	3,78	3,12	16,94	128
1	Печенье	60	9,84	10,08	41,1	270,6
Итого за Обед РП			23,42	34,69	120,99	826,82
Обед						
25	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	100	1,8	4,9	3,8	77
65	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	10,3	8,05	33,9	223
137	БИТОЧКИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ	60/40	2,4	14,13	7,6	110
227	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7,5	4,4	40	233
300	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2		10,9	35,5
1,28	Хлеб ржаной	40	3,78	3,12	16,94	128
Итого за Обед			25,98	34,6	113,14	806,5
Итого за день			81,32	96,47	319,76	2237,82