

Меню

"16" июля

2025г.

от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7								
ЗАВТРАК	Каша молочная пшённая с маслом сливочным	200	7,90	7,82	28,20	214,8	2/41	21,85
	Масло (порциями)	15	0,12	10,88	0,19	99,15	204	17,51
	Чай с сахаром	180	0,16	0,00	9,02	37,48	392	4,88
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,51
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	3,21
	Яблоко	145	0,58	0,58	14,21	68,15	578.1	9,99
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	606	12,05	19,96	85,53	576,62		59,95
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой	200	1,98	4,18	13,02	98,22	769	12,06
	Рыба, тушенная с овощами	120	12,59	7,84	3,18	133,68	247	79,05
	Картофель отварной	150	3,04	4,41	27,82	165,21	172	21,018
	Овощи свежие (огурец/помидор)	60	0,48	0,00	1,80	9	202,2	12,46
	Хлеб пшеничный	42	2,52	0,63	22,68	108,49	878	2,51
	Хлеб ржаной	24	0,77	0,05	11,23	48,55	879	3,21
	Сок плодовой	200	0,20	0,20	28,20	82,6	399г	22,1
	Кондитерское изделие (печенье/вафля)	21	1,47	2,48	16,25	90,68	151	8,61
Мороженое Пломбир	80	5,22	4,50	7,20	90	385	62,4	
ИТОГО ЗА ОБЕД	897	28,27	24,29	131,38	826,43		223,42	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1503	40,32	44,25	216,91	1403,05		283,37	



