

24.10

МЕНЮ



Возрастная категория от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рец.	Цена, руб
			Белки	Жиры	Угле воды			
День 9								
ЗАВТРАК	Икра кабачковая промыш, производства**	40	0,00	2,00	2,80	36	73-1	9,64
	Омлет с сыром	150	13,83	16,07	2,52	212,52	211	113,90
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	13,21
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	2,02
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	H	6,81
	Фрукты свежие	100	0,40	0,30	10,30	47	338	13,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	19,66	21,39	73,55	577,9		158,59
ОБЕД	Борщ	200	1,44	4,08	8,52	76,86	81	10,82
	Морковь тушеная с луком	60	0,74	0,05	12,29	49,02	62	5,14
	Тефтели 2-й вариант (свинина) 100/20	120	9,95	8,04	12,35	190,33	279	53,19
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	150	7,59	5,19	42,02	234,39	171	11,92
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	9,62
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	2,69
	Хлеб ржаной	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	2,48
ИТОГО ЗА ОБЕД		790	24,92	18,20	130,32	785,92		95,86
ПОЛДНИК	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)	120	13,61	11,49	23,83	303,83	222	36,19
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	5,38
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	13,75	11,49	34,01	344,73		41,58
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1650	58,33	52,08	237,88	1708,55		

Ст. повар _____