

МЕНЮ

25.10



Возрастная категория от 7 до 11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рец.	Цена, руб
			Белки	Жиры	Угле воды			
<b>День 10</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** завтрак	40	0,24	0,08	1,68	7,96	71/1	4,37
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	82,75
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	100	4,09	2,51	24,04	100	171	7,95
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	5,38
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	2,69
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	1,91
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>510</b>	<b>24,62</b>	<b>21,63</b>	<b>83,23</b>	<b>574,4</b>		<b>105,06</b>
<b>ОБЕД</b>	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	10,10
	Салат из квашеной капусты**	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47	6,55
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	8,16
	Пюре картофельное (обед)	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	15,72
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	15,05
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	2,69
	Хлеб ржаной	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	1,37
Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	13,00	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>870</b>	<b>25,36</b>	<b>27,00</b>	<b>113,45</b>	<b>736,6</b>		<b>122,65</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,52	5,29	12,84	119,19	120	8,07
	Чай с сахаром	200	0,14	0,00	10,00	39,24	376	4,03
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	2,69
	Кондитерское изделие 25 (печенье)	25	1,88	2,95	18,73	104,28	H	3,90
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>415</b>	<b>8,70</b>	<b>8,64</b>	<b>60,89</b>	<b>348,15</b>		<b>18,69</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1795</b>	<b>58,68</b>	<b>57,27</b>	<b>257,57</b>	<b>1659,15</b>		

Ст. повар \_\_\_\_\_