



Меню 12-18 лет

Неделя 2 день: 4

" _____ 2023

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (Сыр , Макароны, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	200	11,1	11,51	37,05	297,96
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ ВИТАМИНАМИ	40	2,19	1,18	15,8	83
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	200/5	0,3	0,09	16	66,01
ЗЕФИР	40	0,3		29	117,2
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
ИЛИ ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ*					
МОЛОКО В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ М.Д.Ж. 3,2%	200	5,6	4,9	9,3	104
Итого за Завтрак	785	19,89	17,98	117,45	715,17
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ (Капуста квашенная, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок)	100	1,6	5,1	7,7	83
СУП РЫБНЫЙ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис , Соль)	250	6,2	3,32	24	150,68
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ (Томат - паста, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Мука пшеничная в/с, Сахарный песок, Соль, П/Ф ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ собственного производства)	100	10,29	13,25	12,99	210,52
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО (Картофель очищенный, Масло растительное)	180	2,88	6,96	22,8	165,36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	60	4,1	0,5	27,1	129,3
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	1,3	1,16	15,6	78,34
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	20,6	88,2
Итого за Обед	930	27,37	30,49	130,79	905,4
Итого за день	1 715	47,26	48,47	248,24	1620,57

Зав. производством _____

* - По желанию ребенка