



Меню 7-11 лет

Неделя 1 день: 5

_____ " _____ 2023

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (Молоко , Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	150/5	6,85	7,15	26,95	199,5
КАКАО С МОЛОКОМ (Какао порошок, Молоко , Вода питьевая, Сахарный песок)	180	3,69	3,15	18,9	118,8
ИЛИ ЧАЙ*					
БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ (Батон, Ветчина)	25/10	3,09	4,14	9,92	89,08
ЗЕФИР	40	0,3		29	117,2
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
ИЛИ ГРУШАЯ СВЕЖАЯ*					
Итого за Завтрак	510	14,33	14,84	94,57	571,58
Обед					
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Капуста пекинская, Петрушка свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	60	0,12	1,44	5,16	34,08
СУП РЫБНЫЙ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис , Соль)	200	4,96	2,66	19,2	120,54
ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" (собственного производства) СО СМЕТАНОЙ (Вода питьевая, Масло растительное, Сметана , Соль, П/Ф ПЕЛЬМЕНИ "КЛАССИЧЕСКИЕ" собственного производства)	240	17,54	20,3	36,64	399,5
ИЛИ РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ОТВАРНЫМ РИСОМ*	100 150				
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИНЕРАЛАМИ	40	2,73	0,33	18,07	86,2
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	1,62	1,45	19,5	97,93
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	180	0,04	0,09	16,38	65,7
Итого за Обед	770	27,01	26,27	114,95	803,95
Итого за день	1 280	41,34	41,11	209,52	1375,53

Зав. производством _____

* - По желанию ребенка