



СОГЛАСОВАНО

« » / 202 г.

Меню Понедельник

№ рецепт уры	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Выход 11-17 лет	Ккалл 7-11лет	Ккалл 11-17 лет	Пищевые вещества				Витамины				Минеральные вещества				
						Б	Ж	У	В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак																		
Т.4ст14 9	Каша рисовая молочная с маслом сл.	150/5	200/5	180	240	1,3	3,8	9,2	0,1	9,83	5,17		15,5	4,83	1,8	0,12		
Сб.реп.	Сыр «Российский» порционный	30	50	103	172	7,8	7,8	0	0,01	0,2	69	0,2	300	192	14	1,2		
№ 628 1994	Чай с сахаром	200/20	200	61	148	0,2	-	15	-	0,01	-	-	5	8	4	0,8		
	Хлеб пшеничный	30	30	79	79	2,3	0,9	15,4	0,03	0	0	0,5	6	20	4	0,4		
Сб.реп.	Яблоко	100	100	47	47	0,4	0,4	9,8	0,03	10,0	-	0,2	9,0	12,0	7,0	0,2		
Обед																		
Сб. реп	Сельдь порционная	30	30	43,5	43,5	5,1	2,6	-	0,01	0	-		24	81	12	0,33		
№120- 1994	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	76	95	2,6/3,3	3,8/4,8	7,8/9,8	0,06/ 0,08	17,6/22	12/15	0,8/1	48/60	96/120	20/2 5	0,4/ 0,5		
№394- 1994	Жаркое по- домашнему	50/150	60/190	313	380	16,6/20	19/22,4	17,4/22	0,16/ 0,19	10,1/ 12,8	-	3,5/4,1	32,6/38	214/ 261	47/5 6	3,2/ 4,0		
№702- 1994	Компот из кураги	200	200	104	104	1,04	0,06	30,16	0,02	0,08	-	1,1	32,6	29,2	20,4	0,7		
	Хлеб ржаной	50	50	87	87	3,3	0,6	16,7	0,09	0	0	0,7	18	79	24	2,0		