



СОГЛАСОВАНО

« » / 2023 г.

Меню Четверг

№ рецепт уры	Наименование блюда	Выход 7-11 лет	Выход 11-17 лет	Кккал 7-11лет	Кккал 11-17 лет	Пищевые вещества				Витамины				Минеральные вещества				
						Б	Ж	У	В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак																		
№262-1994	Каша молочная пшённая	150/5	180/5	234	312	6,2	3,6	25,8	1	0,12	0,18	0,15	1,4	1,25	0,23	1,75		
№702-1994	Компот из изюма	200	200	108	108	0,6	0	31,4	0,7	0,02	0,8	0,4	32,4	29,2	21,0	0,7		
Сб.реп.	Сыр «Российский» порционный	30	30	103	103	7,8	7,8	0	0,01	0,2	69	0,2	300	192	14	0,3		
	Хлеб пшеничный	30	30	71	71	3,78	8,1	26,3	0,19	6,1	0,15		51,45	95,3	31,6	1,25		
Сб.реп.	Банан	170	170	170	170	1,1	1,8	2,8	31,1	8,7	0,03		5,0	22,0	0,3	27,0		
Обед																		
Сб.реп	Морковь порционная	60	60	21	21	0,8	0,06	4,14	0,04	3	-	0,24	16,2	33	22,8	0,42		
№138-1994	Суп картофельный с зелёным горошком	250	250	195	195	2,6	5,3	14,3	0,05	1,56	0,79		47,24	47,89	20,7 5	0,8		
№465-1994	Рис отварной рассыпчатый	150	180	206	247	3,96	8,1	14,0	1,8	67,5	0,3		273	103	310, 5	8,55		
№445-1994	Кура тушёная с томатом	85	115	310	420	18,7	23,95	5,43	0,1	5,7	5,5	0,44	27,5	162,6	28,0 9	1,5		
	Сок фруктовый	200	200	92	92	1	0,2	20,2	0,11	0	0	0,2	14	14	8	28		
	Хлеб ржаной	50	50	118	118	4,6	0,4	29,2	0	0,03	0		6,0	19,5	4,2	0,33		