



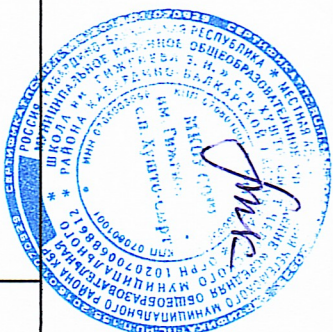
День: 08.09.2020
Неделя: 2
сезон: осенне-зимний

6 понедельник
2
осенне-зимний

№ реч.								
	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.	
Завтрак								
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7,00	8,80	0,00	107,50	21,6	
54-1бк-2020	Каша "Дружба"	200	5,00	5,80	24,10	168,90	28,9	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	1,41	
53-19з-2020	Масло сливочное	5	0,05	3,6	0,05	33,05	4	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	2,16	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	1,2	
Пром.	Конфеты мармелад фруктовый	30	2,27	3,19	15,45	77,17	10	
	Итого:	511	17,67	21,85	67,76	517,52	42	

День: 09.09.2025 г.

7 вторник
7-11 лет



№ рецептуры	ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии» ФГБОУ ВО «Самарский государственный университет Самарская государственная академия ветеринарной медицины						СТОИМ.
	наименование блюда	порции	белки	жиры	углеводы	ценность, ккал	
Завтрак							
54-й-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,10	5,80	81,5	2,2
54-й-2020	Жаркое по-домашнему с говядиной	200	20,10	18,70	17,20	318,00	114
54-й-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	3,00	0,00	6,70	27,90	3,02
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	2,16
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	1,2
Пром.	Фрукт (яблоко)***	100	0,4	0,4	9,8	47,00	8
	Итого:	606	27,65	25,66	61,16	578,50	130

День: 10.09.2025

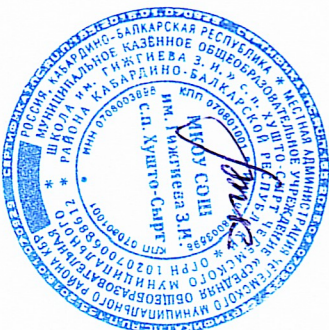
8 среда
7-11 лет



№ реч.							
	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	
Завтрак							
54-60-2020	Яйцо вареное	60	7,2	6	0,45	84,9	11
54-9к-2020	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ	200	8,6	11,3	34,3	272,9	27,3
54-23гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	13
53-19з-2020	Масло сливочное	5	0,05	3,6	0,05	33,05	4
Прсм.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	2,16
Прсм.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6	1,2
Прсм.	Фрукт (банан)***	150	2,3	0	33,6	143,4	25,5
	Итого:	661	25,2	24,26	101,26	724,35	87

день: 11.09.2025
 Возрастная категория:

9 четверг
 7-11 лет



№ реч.	наименование блюда	масса порции				энергетическая ценность, ккал		
		белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.		
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	18,87	22,00	5,50	295,7	120	
54-8з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,10	5,80	81,5	2,2	
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4	12	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,80	1,4	
53-19з-2020	Масло сливочное	5	0,05	3,6	0,05	33,05	7	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	2,16	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,60	1,2	
	Итого:	561,00	26,82	37,46	60,61	680,55	402	

