

день:  
возрастная категория:

24.02.18

2 вторник  
7-11 лет



| № реч.      | наименование блюда         | масса порции | белки | жиры  | углеводы | энергетическая ценность, ккал | СТОИМ. |
|-------------|----------------------------|--------------|-------|-------|----------|-------------------------------|--------|
| Завтрак     |                            |              |       |       |          |                               |        |
| 54-1т-2020  | Запеканка из творога       | 150          | 29,70 | 10,70 | 21,70    | 301,20                        | 52     |
| Пром.       | Молоко сгущенное с сахаром | 30           | 2,2   | 2,6   | 16,7     | 98,2                          | 11     |
| 54-3гн-2020 | Чай с лимоном и сахаром    | 200          | 3,00  | 0,00  | 6,70     | 27,90                         | 3      |
| 53-19з-2020 | Масло сливочное            | 5            | 0,05  | 3,6   | 0,05     | 33,05                         | 1      |
| Пром.       | Хлеб пшеничный             | 30           | 2,37  | 0,30  | 14,49    | 70,50                         | 1,8    |
| Пром.       | Хлеб ржаной                | 16           | 0,78  | 0,16  | 7,17     | 33,60                         | 1      |
| Пром.       | Фрукт (банан)***           | 150          | 2,30  | 0,00  | 33,60    | 143,40                        | 28     |
|             | Итого:                     | 581          | 40,40 | 17,36 | 100,41   | 707,85                        | 704    |



день:  
возрастная категория:

25.02.26

3 среда  
7-11 лет

| № реч.       |                                  |              |       |       |          |                                  |        |
|--------------|----------------------------------|--------------|-------|-------|----------|----------------------------------|--------|
|              | наименование блюда               | масса порции | белки | жиры  | углеводы | энергетическая ценность,<br>ккал | СТОИМ. |
| Завтрак      |                                  |              |       |       |          |                                  |        |
| 54-203-2020  | Горошек зеленый консервированный | 30           | 0,85  | 0,05  | 1,75     | 11,05                            | 5      |
| 54-24м-2020  | Шницель из курицы                | 120          | 23    | 5,1   | 16,2     | 202,2                            | 37     |
| 54-11г-2020  | Картофельное пюре                | 150          | 3,2   | 5,2   | 19,8     | 139,4                            | 9      |
| 54-21гн-2020 | Какао с молоком                  | 200          | 4,60  | 3,60  | 12,60    | 100,40                           | 16     |
| Пром.        | Хлеб пшеничный                   | 30           | 2,37  | 0,3   | 14,49    | 70,5                             | 1,8    |
| Пром.        | Хлеб ржаной                      | 16           | 0,78  | 0,16  | 7,17     | 33,60                            | 1      |
|              | Итого:                           | 546          | 34,80 | 14,41 | 72,01    | 557,15                           | 70     |

день:  
возрастная категория:

16.02.16

4 четверг  
7-11 лет



| № рец.      | наименование блюда              | Завтрак      |       |       |          |  | энергетическая ценность,<br>ккал | СТОИМ. |
|-------------|---------------------------------|--------------|-------|-------|----------|--|----------------------------------|--------|
|             |                                 | масса порции | белки | жиры  | углеводы |  |                                  |        |
| 54-213-2020 | Кукуруза сахарная               | 30           | 0,6   | 0,1   | 3,05     |  | 16,25                            | 8      |
| 54-2р-2020  | Рыба запеченная с луком и сыром | 100          | 16,1  | 11,1  | 2,8      |  | 175,2                            | 55     |
| 54-6г-2020  | Рис отварной                    | 150          | 3,7   | 4,8   | 36,5     |  | 203,5                            | 14     |
| 54-2гн-2020 | Чай с сахаром                   | 200          | 0,2   | 0     | 6,5      |  | 26,8                             | 1,5    |
| 53-193-2020 | Масло сливочное                 | 5            | 0,05  | 3,6   | 0,05     |  | 33,05                            | 1      |
| Пром.       | Хлеб пшеничный                  | 30           | 2,37  | 0,3   | 14,49    |  | 70,5                             | 1,8    |
| Пром.       | Хлеб ржаной                     | 16           | 0,78  | 0,16  | 7,17     |  | 33,60                            | 1      |
|             | Итого:                          | 531          | 23,8  | 20,06 | 70,56    |  | 558,9                            | 88     |

|                       |           |
|-----------------------|-----------|
| день:                 | 5 пятница |
| возрастная категория: | 7-11 лет  |
| возрастная категория: | 7-11 лет  |
|                       | 27.02.26  |

| № рецеп.    | Завтрак                                  |              |       |       |          |                               | СТОИМ. |
|-------------|------------------------------------------|--------------|-------|-------|----------|-------------------------------|--------|
|             | наименование блюда                       | масса порции | белки | жиры  | углеводы | энергетическая ценность, ккал |        |
| 54-83-2020  | Салат из белокочанной капусты с морковью | 60           | 1,00  | 6,10  | 5,80     | 81,50                         | 2      |
| 54-12м-2020 | Глив с курицей                           | 200          | 18,50 | 7,40  | 33,10    | 273,10                        | 45     |
| 54-3гн-2020 | Чай с лимоном и сахаром                  | 200          | 3,00  | 0,00  | 6,70     | 27,90                         | 3      |
| 53-19з-2020 | Масло сливочное                          | 10           | 0,1   | 7,2   | 0,1      | 66,1                          | 7      |
| Пром.       | Хлеб пшеничный                           | 30           | 2,37  | 0,30  | 14,49    | 70,50                         | 18     |
| Пром.       | Хлеб ржаной                              | 16           | 0,78  | 0,16  | 7,17     | 33,60                         | 1      |
|             | Итого:                                   | 516          | 25,75 | 21,16 | 67,36    | 552,70                        | 76     |