



05.11.25 г.

день:

8 среда

7-11 лет

возрастная категория:

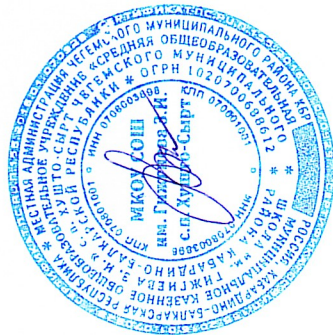
образовательной деятельности								
№ рец.	наименование блюда					энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.	
	масса порции	белки	жиры	углеводы				
Завтрак								
54-60-2020	Яйцо вареное	60	7,2	6	0,45	84,9	11	
54-9к-2020	КАША вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,9	27,3	
54-23гн-2020	Кофейный напиток 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	7	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	2,16	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6	1,2	
Пром.	Фрукт (банан)***	150	2,3	0	33,6	143,4	25,5	
	Итого:	661	25,2	24,26	101,26	724,35	87	



9 четверг
7-11 лет

день:
возрастная категория:

№ рец.	энергетическая ценность, ккал							СТОИМ.
	наименование блюда	масса порции		белки	жиры	углеводы		
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	100	18,87	22,00	5,50	295,7	70	
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	18	
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	102	



день: 10 пятница
возрастная категория: 7-11 лет

07.11.25

№ рец.	Завтрак						энергетическая ценность, ккал	СТОИМ.
	наименование блюда	масса порции	белки	жиры	углеводы			
54-5с-2020	Суп с фрикадельками мясными и овощами	200	8,64	4,32	13,92	129	68	
54-21гн-2020	Какао с молоком	200	6,00	3,60	12,60	100,40	14	
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	2,16	
Пром.	Хлеб ржаной	16	0,78	0,16	7,17	33,6	1,2	
Пром.	фрукт (банан)***	150	2,3	0	33,6	143,4	25,5	
	Итого:	596	20,09	8,38	81,78	476,9	111	