

**МЕНЮ на**

*23/04*

**2021**



10

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 7-11 ЛЕТ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 12-18 ЛЕТ

РЕЦЕПТУ РЫ №	прием пищи/наименование блюда	ВЫХОД	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	ВЫХОД	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>Первый прием пищи</b>										
71/15	Горошек зеленый консервированный	<b>60</b>	1,32	0,24	4,56	26,00	<b>100</b>	2,20	0,40	7,60	32,50
88/07	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	<b>200</b>	2,07	4,73	6,68	79,00	<b>250</b>	2,17	5,95	8,18	96,00
тпк 3	Тефтели с соусом	<b>100</b>	8,40	12,20	12,50	193,00	<b>110</b>	9,24	12,20	13,75	212,00
309/07	Макаронные изделия отварные	<b>150</b>	5,10	11,64	28,50	240,00	<b>180</b>	7,12	13,10	34,20	283,00
376/07	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,07	0,02	15,00	60,00	<b>200</b>	0,07	0,02	15,00	60,00
гост	Хлеб пшеничный йодированный ржаной	<b>40/50</b>	6,30	1,27	35,17	177,00	<b>50/50</b>	6,75	1,05	48,85	233,00
	<b>Итого :</b>		<b>23,26</b>	<b>30,10</b>	<b>102,41</b>	<b>775,00</b>		<b>27,55</b>	<b>32,72</b>	<b>127,58</b>	<b>916,50</b>
	<b>Второй прием пищи</b>										
182/07	Каша молочная геркулесовая с м/сл	<b>200</b>	7,24	9,24	38,00	263,00	<b>250</b>	9,06	11,55	47,50	328,00
209/07	Яйцо вареное вкрутую	<b>1 шт.</b>	5,08	4,60	0,28	63,00	<b>1 шт.</b>	5,08	4,60	0,28	63,00
42/07	Сыр порциями	<b>15</b>	3,94	3,99	0,00	53,00	<b>20</b>	5,25	5,32	0,00	69,00
379/07	Кофейный напиток с молоком	<b>200</b>	3,60	2,67	29,20	155,00	<b>200</b>	3,60	2,67	29,20	155,00
гост	Хлеб пшеничный йодированный	<b>40</b>	2,80	0,43	15,63	79,00	<b>50</b>	3,16	0,40	19,38	93,00
	<b>Итого :</b>		<b>22,66</b>	<b>20,93</b>	<b>83,11</b>	<b>613,00</b>		<b>26,15</b>	<b>24,54</b>	<b>96,36</b>	<b>708,00</b>

зав производством