



МЕНЮ  
ДАТА: 22.01.26

4 день 2 неделя

| Прием пищи, наименование блюда                       | Масса порции, г | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------------------------|-----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                                                      |                 | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак (7-11 лет)                                   |                 |                  |         |             |                               |
| Бутерброд с ветчиной                                 | 40              | 5,30             | 5,90    | 10,30       | 117,40                        |
| Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным       | 150             | 4,60             | 6,30    | 22,90       | 166,10                        |
| Какао с молоком                                      | 200             | 3,90             | 3,10    | 17,20       | 113,44                        |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами          | 30              | 2,40             | 1,05    | 15,90       | 84,00                         |
| Фрукты свежие                                        | 100             | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |
| Итого за прием пищи:                                 | 520             | 16,60            | 16,75   | 76,10       | 527,94                        |
| Обед (7-11 лет)                                      |                 |                  |         |             |                               |
| Салат витаминный (1-й вариант)                       | 60              | 0,70             | 3,10    | 5,70        | 54,00                         |
| Суп картофельный с макаронными изделиями и говядиной | 210             | 4,60             | 7,80    | 16,80       | 155,80                        |
| Фрикадельки рыбные отварные                          | 90              | 13,10            | 6,40    | 7,00        | 134,90                        |
| Картофельное пюре                                    | 150             | 3,10             | 5,40    | 20,30       | 141,00                        |
| Компот из смеси сухофруктов                          | 200             | 0,60             | 0,10    | 31,70       | 131,00                        |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами          | 20              | 1,60             | 0,70    | 10,60       | 56,00                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами    | 40              | 2,60             | 0,30    | 17,00       | 81,60                         |
| Итого за прием пищи:                                 | 770             | 26,30            | 23,80   | 109,10      | 754,30                        |
| Комплексный обед (12-18 лет)                         |                 |                  |         |             |                               |
| Салат витаминный (1-й вариант)                       | 100             | 1,20             | 5,20    | 9,50        | 90,00                         |
| Суп картофельный с макаронными изделиями и говядиной | 260             | 5,70             | 9,70    | 20,80       | 192,90                        |
| Фрикадельки рыбные отварные                          | 100             | 14,60            | 7,10    | 7,80        | 149,90                        |
| Картофельное пюре                                    | 180             | 3,70             | 6,50    | 24,40       | 169,20                        |
| Компот из смеси сухофруктов                          | 200             | 0,60             | 0,10    | 31,70       | 131,00                        |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами          | 20              | 1,60             | 0,70    | 10,60       | 56,00                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами    | 40              | 2,60             | 0,30    | 17,00       | 81,60                         |
| Фрукты свежие                                        | 100             | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |
| Итого за прием пищи:                                 | 1000            | 30,40            | 30,00   | 131,60      | 917,60                        |

Заведующий производством (Буфетчик)