

Составлено  
И.О. директор  
Д.В. Бишук

Утверждаю



Ежедневное меню

10 день

7-11 лет

льготное питание

| №<br>рецеп. | Наименование блюда                | Масса<br>порции | Пищевые вещества |              |                | Энерг.<br>Ценност<br>ь ккал. |
|-------------|-----------------------------------|-----------------|------------------|--------------|----------------|------------------------------|
|             |                                   |                 | Белки,г          | Жиры,г.      | Углевод<br>ы,г |                              |
|             | <b>ЗАВТРАК</b>                    |                 |                  |              |                |                              |
| 390         | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ"     | 90              | 11,60            | 8,30         | 5,90           | 119,00                       |
| 304         | РИС ОТВАРНОЙ                      | 150             | 3,80             | 6,80         | 38,90          | 219,30                       |
| 70          | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ) | 60              | 0,60             | 0,10         | 1,75           | 13,20                        |
| 686         | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ           | 200             | 0,30             | 0,00         | 15,20          | 60,00                        |
| 68          | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                  | 50              | 3,30             | 0,60         | 17,10          | 90,50                        |
|             |                                   |                 |                  |              |                |                              |
|             | <b>Итого за весь прием пищи:</b>  | <b>550</b>      | <b>19,60</b>     | <b>15,80</b> | <b>78,85</b>   | <b>502,00</b>                |

12-18 лет

| №<br>рецеп. | Наименование блюда                | Масса<br>порции | Пищевые вещества |              |                | Энерг.<br>Ценност<br>ь ккал. |
|-------------|-----------------------------------|-----------------|------------------|--------------|----------------|------------------------------|
|             |                                   |                 | Белки,г          | Жиры,г.      | Углевод<br>ы,г |                              |
|             | <b>ЗАВТРАК</b>                    |                 |                  |              |                |                              |
| 390         | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ"     | 100             | 12,90            | 9,20         | 6,50           | 132,20                       |
| 304         | РИС ОТВАРНОЙ                      | 180             | 4,56             | 8,16         | 46,70          | 263,16                       |
| 70          | ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ) | 100             | 1,00             | 0,16         | 2,90           | 22,00                        |
| 686         | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ           | 200             | 0,30             | 0,00         | 15,20          | 60,00                        |
| 68          | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                  | 50              | 3,30             | 0,60         | 17,10          | 90,50                        |
|             |                                   |                 |                  |              |                |                              |
|             | <b>Итого за весь прием пищи:</b>  | <b>630</b>      | <b>22,06</b>     | <b>18,12</b> | <b>88,40</b>   | <b>567,86</b>                |