

Согласовано:
и. о. директора *Б.Ф. Билок* А.В.

Утверждаю

Директор ООО "СОЮЗ-К" Киселев Г.А. 2023г.

Ежедневное меню

10 день

7-11 лет

19.05.2023г.

льготное питание

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углеводо ы,г	
	ЗАВТРАК					
229	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	90	8,8	5,5	3,4	94,5
304	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,8	5,4	38,9	219,3
43	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ)	50	0,8	0,1	4,4	21,4
686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,0	15,2	60,0
68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30	2,0	0,4	10,3	54,3
	Итого за весь прием пищи:	520	15,6	11,3	72,2	449,5

12-18 лет

№ рецеп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энерг. Ценност ь ккал.
			Белки,г	Жиры,г.	Углевод ы,г	
	ЗАВТРАК					
229	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	100	9,75	5,0	3,8	105,0
304	РИС ОТВАРНОЙ	180	4,56	6,5	46,7	263,2
43	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ (ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ)	60	0,90	0,1	5,3	25,7
686	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,0	15,2	60,0
68	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,30	0,6	17,1	90,5
	Итого за весь прием пищи:	590	18,8	12,2	88,1	544,4