

17 » марта 2022 г.



Директор  
Е.Б. Мельник

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетич. Ценность (ККАЛ)
		Б	Ж	У	
<b>с 7 лет</b>					
<i>Завтрак</i>					
Каша жидкая молочная из пшеничной крупы с маслом и сахаром	200/5/5/25	7,40	11,50	48,30	273,00
Булка/батон	20	1,46	2,36	12,27	76,07
Напиток кофейный с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,80
<b>ИТОГО:</b>	<b>480</b>	<b>12,44</b>	<b>16,54</b>	<b>88,91</b>	<b>500,87</b>
<i>Обед</i>					
Борщ с капустой свежей картофелем на бульоне	200	1,46	3,92	12,16	89,80
Рис отварной	150	3,77	6,11	41,40	235,65
Минтай филе тушеный с овощами	50/50	9,1	4,8	4,8	99
Капуста припущенная с маслом сливочным	60/5	1,20	4,02	4,92	60,60
Хлеб пшеничный .	30	2,37	0,30	14,49	70,20
Хлеб ржаной	30	3,20	0,30	14,00	67,10
Чай с сахаром	200/15	10,27	18,00	68,53	477,33
<b>ИТОГО:</b>	<b>790</b>	<b>31,36</b>	<b>37,45</b>	<b>160,30</b>	<b>1099,68</b>
<i>Полдник</i>					
Пирожок с капустой	100	6,83	7,50	37,33	245,00
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	35,26	143,80
<b>ИТОГО:</b>	<b>300</b>	<b>7,51</b>	<b>7,50</b>	<b>72,59</b>	<b>388,80</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>54,98</b>	<b>61,13</b>	<b>346,29</b>	<b>2098,28</b>

**с 12 до 18 лет**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетич. Ценность (ККАЛ)
		Б	Ж	У	
<i>Завтрак</i>					
Каша жидкая молочная из пшеничной крупы с маслом и сахаром	250/5/5/25	9,25	14,38	60,38	407,50
Булка/батон	20	1,46	2,36	12,27	76,07
Напиток кофейный с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,80
<b>ИТОГО:</b>	<b>530</b>	<b>14,29</b>	<b>19,42</b>	<b>100,99</b>	<b>635,37</b>
<i>Обед</i>					
Борщ с капустой свежей картофелем на бульоне	250	1,83	4,90	15,20	112,25
Рис отварной	180	4,52	7,33	49,68	282,78
Минтай филе тушеный с овощами	50/50	9,1	4,8	4,8	99
Капуста припущенная с маслом сливочным	100/5	2,00	6,70	8,20	60,60
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,20
Хлеб ржаной	30	3,20	0,30	14,00	67,10
Чай с сахаром	200/15	10,27	18,00	68,53	477,33
<b>ИТОГО:</b>	<b>910</b>	<b>33,28</b>	<b>42,33</b>	<b>174,90</b>	<b>1169,26</b>
<i>Полдник</i>					
Пирожок с капустой	100	6,83	7,50	37,33	245,00
Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	35,26	143,80
<b>ИТОГО:</b>	<b>300</b>	<b>7,51</b>	<b>7,50</b>	<b>72,59</b>	<b>388,80</b>
<b>ВСЕГО:</b>		<b>55,08</b>	<b>69,25</b>	<b>348,48</b>	<b>2193,43</b>

Врач \_\_\_\_\_

Осипенко Т.Н.

9 день 10-дневного меню, утвержденного 31.03.2021г.