«11 » апреля 2022 г. ***«Утверждаю»*** ***Е.Б. Мельник***

с 7 до 11 лет					
Прием пищи, наименование блюда	**Масса порции (г)**	**Пищевые вещества (г)**			**Энергетич. Ценность (ККАЛ)**
		Б	**Ж**	**У**	
Завтрак					
Бутерброд с маслом	10/30	2,60	8,80	14,30	147,00
Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом и сахаром	200/10/10	6,30	13,10	47,50	333,00
Сыр порциями	30	7,60	8,00	0,00	102,00
Чай с лимоном	200/15/7	0,20	0,00	16,00	65,00
ИТОГО:	***512***	***16,70***	***29,90***	***77,80***	***647,00***
Обед					
Суп картофельный с клецками на бульоне	200	4,18	5,02	23,20	154,80
Жаркое по-домашнему из курицы	90/150	23,45	10,70	28,80	305,83
Огурец соленый	60	0,84	4,02	6,24	64,80
Хлеб пшеничный .	30	2,37	0,30	14,49	70,20
Хлеб ржаной	30	3,20	0,30	14,00	67,10
Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60
ИТОГО:	***765***	***38,19***	***20,20***	***123,91***	***826,90***
Полдник					
Булочка ванильная	100	7,90	8,50	58,10	341,00
Напиток лимонный	200	0,16	0,04	22,00	83,40
ИТОГО:	***300***	***8,06***	***8,54***	***80,10***	***424,40***
ВСЕГО:		**62,95**	**58,64**	**281,81**	**1898,30**

с 12 до 18 лет					
Прием пищи, наименование блюда	**Масса порции (г)**	**Пищевые вещества (г)**			**Энергетич. Ценность (ККАЛ)**
		Б	**Ж**	**У**	
Завтрак					
Бутерброд с маслом	10/30	2,60	8,80	14,30	147,00
Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом и сахаром	250/5/5	7,88	16,38	59,38	416,25
Сыр порциями	30	7,60	8,00	0,00	102,00
Чай с лимоном	200/15/7	0,20	0,00	16,00	65,00
ИТОГО:	***552***	***18,28***	***33,18***	***89,68***	***730,25***
Обед					
Суп картофельный с клецками на бульоне	250	5,23	6,28	29,00	193,50
Жаркое по-домашнему из курицы	100/180	27,36	12,48	33,60	356,80
Огурец соленый	100	1,40	6,70	10,40	108,00
Хлеб пшеничный .	30	2,37	0,30	14,49	70,20
Хлеб ржаной	30	3,20	0,30	14,00	67,10
Компот из смеси сухофруктов	200	0,08	0,00	21,82	87,60
ИТОГО:	***895***	***44,38***	***25,90***	***141,23***	***972,53***
Полдник					
Булочка ванильная	100	7,90	8,50	58,10	341,00
Напиток лимонный	200	0,16	0,04	22,00	83,40
ИТОГО:	***300***	***8,06***	***8,54***	***80,10***	***424,40***
ВСЕГО:		**70,72**	**67,61**	**311,01**	**2127,18**

Врач _____ **Осипенко Т.Н.**

6 день 10-дневного меню, утвержденного 31.03.2021г