



Меню

на 8.09.

Возрастная категория: Школьники (1-4 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с джемом	150	20,90	14,04	42,02	371,13	223
	Чай с шиповником	200	0,82	0,00	10,92	47,4	376
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	50	8,31	11,47	3,54	150,49	6/н
	фрукты свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	47	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	30,43	25,91	66,28	616,02	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	0,79	1,95	3,76	35,76	45
	Суп картофельный с горохом на курином бульоне	200	8,56	8,30	15,58	172,16	102
	Тефтеля мясная с соусом	110	7,57	30,91	12,39	358,9	279с/331
	Картофель отварной (с маслом)	150	2,88	5,65	19,98	150	125
	Компот из яблок	200	0,12	0,12	10,92	44,42	451к
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	30	2,40	0,60	16,50	81	6/н
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	0,96	91,96	6/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		790	24,56	47,97	80,09	934,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1290	54,99	73,88	146,37	1550,22	

Handwritten signature



Меню

на 8.09.

Возрастная категория:

Школьники (5-11 классы)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энерг. ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 5							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с джемом	150	20,90	14,04	42,02	371,13	223
	Чай с шиповником	200	0,82	0,00	10,92	47,4	376
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	60	9,97	13,76	4,25	180,58	6/н
	фрукты свежие (яблоко)	150	0,60	0,60	14,70	70,5	338
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	560	32,29	28,40	71,89	669,61	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	1,31	3,25	6,27	59,6	45
	Суп картофельный с горохом на курином бульоне	250	10,70	10,38	19,47	215,2	102
	Тефтеля мясная с соусом	110	7,57	30,91	12,39	358,9	279с/331
	Картофель отварной (с маслом)	180	3,46	6,79	23,98	180	125
	Компот из яблок	200	0,12	0,12	10,92	44,42	451к
	Хлеб пшеничный обогащенный йодоказеином	40	3,20	0,80	22,00	108	6/н
	Хлеб ржано-пшеничный	50	2,80	0,55	1,20	114,95	6/н
ИТОГО ЗА ОБЕД	930	29,16	52,80	96,23	1081,07		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1490	61,45	81,20	168,12	1750,68		

Зав.производством _____