



МЕНЮ
" 18 " октября 2021г.
7-11 лет

Наименование	Вес	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность, ккал
	Всего	Всего	Всего	Всего	
	г	г	г	г	
8 день					
Завтрак					
Бутерброд с джемом	20/5/15	1,20	4,30	22,00	132,00
Каша гречневая молочная вязкая с маслом сливочным	150/5	6,60	7,00	26,20	226,10
Чай с сахаром и лимоном	200/10	0,09	0,01	9,44	38,57
Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00
Итого за прием пищи:	605	10,89	12,31	99,64	588,67
Обед					
Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов	100	2,00	5,68	4,64	76,82
Суп картофельный с рыбой	200/20	6,80	2,90	15,70	116,00
Плов из птицы	250	25,88	9,06	41,75	352,56
Компот из смеси сухофруктов	200	0,00	0,00	6,80	27,10
Печенье сахарное	30	2,30	2,90	22,30	125,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,00	0,30	12,70	61,20
Батон обогащенный микронутриентами	15	1,10	0,40	7,70	39,30
Итого за прием пищи:	845,00	40,08	21,24	111,59	798,08
Всего за день:		50,97	33,55	211,23	1386,75

Зав. производством: