



Меню приготовляемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Цена рублей	Пищевые вещества			энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы	ккал	г	
Неделя 1									
День 1									
Возрастная категория: 7-11 лет									
Завтрак	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко, соль йодир., сахар-песок, масло сливочное) 170/5	175	20,13	4,78	5,75	33,36	214,28	898	
	Какао-напиток (какао порошек, молоко, сахар)	200	10	1,82	1,67	13,22	75,19	986	
	Хлеб пшеничный йодированный	25	2,08	1,88	0,25	12,75	60,75	-	
	Банан	200	52,79	1,8	0,6	25,2	113,4	-	
	Итого за завтрак:	600		10,28	8,27	84,53	463,62	-	
Возрастная категория: 12 лет и старше									
Завтрак	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко, соль йодир., сахар-песок, масло сливочное) 200/5	205	22,94	6,8	6,98	41,58	259,29	898	
	Какао-напиток (какао порошек, молоко, сахар)	200	10	1,82	1,67	13,22	75,19	986	
	Хлеб пшеничный йодированный	26	2,16	1,95	0,26	13,26	63,18	-	
	Банан	208	54,9	1,87	0,62	26,21	119,94	-	
	Итого за завтрак:	623		12,44	9,53	94,27	517,6	-	
Возрастная категория: 7-11 лет									
Обед	Суп-лапша домашняя с фрикадельками (фрикадельки мясные, лапша "Алтон", лук репчатый, морковь, масло растит., соль йодир.) 20/180	200	21,93	4,87	7,99	9,28	128,49	694	
	Котлета Домашняя с соусом красным (говяжья, свиная, ветчина, соль йодир., сахар пшеничный, яйцо, масло раст., соус красный ост.) 80/20	100	37,96	10,67	16,29	11,17	233,96	246	
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йодир.)	150	10,64	6,2	4,74	37,98	219,36	632	
	Чай с лимонном (чай, сахар, лимон)	200/4	2,89	0,04	0	9,19	36,92	431	