



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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 3							
День 1							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Макароны с ветчиной и томатом (макаронные п.д., ветчина, томатная паста, лук репчатый, масло подсолнечное, соль (водир.))	200	11,22	9,48	36,6	135,6	448
	Чай с мёдом (чай, мёд, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	603
	Хлеб пшеничный водированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
	Печенье Байкальское (конд.пех)	80	5,44	19,36	50,38	277,5	328
	Груша свежая	159	0,64	0,48	16,38	72,35	25,39
Итого за завтрак:		697	7,73	20,04	91,57	593,09	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Макароны с ветчиной и томатом (макаронные п.д., ветчина, томатная паста, лук репчатый, масло подсолнечное, соль (водир.))	250	14,03	11,85	45,75	205,75	448
	Чай с мёдом (чай, мёд, вода)	200/20	0,15	0	14,61	59,04	603
	Хлеб пшеничный водированный	20	1,5	0,2	10,2	48,6	-
	Печенье Байкальское (конд.пех)	80	5,44	19,36	50,38	277,5	328
	Груша свежая	159	0,64	0,48	16,38	72,35	25,39
Итого за завтрак:		729	7,73	20,04	91,57	663,24	
Возрастная категория: 7-11 лет							
	Закуска порционная (помидоры свежие)	60	0,66	0,12	2,28	12,84	982
	Суп из овощей с фаршем и гренками (фарш гов., капуста, картошка, морковь, лук репчатый, сметана, масло сливочное, соль, водир., масло растит.)	10/200/15	6,89	6,43	13,7	140,19	127,998