Меню на 17.10.2022

возрастная категория 7 лет до 11 лет

Наименование блюда	Выход Пищевая ценность				
1 день	(гр.)	Белки	Жиры	Углеводы	ККал
		втрак			
Масло порциями	10	2,7	2,7	2,7	36
Каша рисовая молочная	200/5	6.24	17.04	38.6	350
Кофейный напиток с молоком	200	2.5	3.6	28.7	152
Батон	30	2.8	0.4	17	75
Cupetro	100		17.5-11		
ИТОГО		14,24	23,74	87	613
		Обед			
Салат из свежей капусты	70	1.4	5.1	8.9	88
Суп картофельный с горохом с					
фрикадельками	250/17.5	6.3	6.6	22.5	167
Котлета рубленая с соусом					
2 20011	50/50	15.9	19.58	16.03	308
Каша гречневая рассыпчатая	4				
** •	150	6	9.07	29.87	293
Чай с соком	200	0	0	24.1	93
Хлеб ржаной	60	4.6	0.8	24.6	126
итого		24.0	100 77	125	10=
ИТОГО		34,2	100,55	126	1075
Итого за день		48,44	149,29	213	1688
			возр	астная катего	5
				старш	e
M		втрак			
Масло порциями	15	2.7	2.7	2.7	36
Каша рисовая молочная	200/10	6.24	17.04	20.6	2.50
Кофейный напиток с молоком	200/10	6.24	17.04	38.6	350
кофеиный напиток с молоком	200	2.5	2.6	20.7	150
Famous	30	2.5	3.6 0.4	28.7	152
	111		0.4	1 1/	75
Батон		2.0	0.1		
Chouke	100				
Chouke	100	14,24	23,74	87	613
<u>Спойке</u> ИТОГО	100				
<u>Спотке</u> ИТОГО	100	14,24 Обед	23,74	87	613
Салат из свежей капусты	100	14,24			
<b>ОТОГО</b> Салат из свежей капусты  Суп картофельный с горохом с	70	14,24 Обед	23,74	8.9	613
<b>ОТОГО</b> Салат из свежей капусты  Суп картофельный с горохом с фрикадельками	100	14,24 Обед	23,74	87	613
<b>ОТОГО</b> Салат из свежей капусты  Суп картофельный с горохом с фрикадельками	70 250/17.5	14,24 Обед 1.4 6.3	23,74 5.1 6.6	8.9 22.5	88 167
Салат из свежей капусты  Суп картофельный с горохом с фрикадельками  Котлета рубленая с соусом	70	14,24 Обед	23,74	8.9	613
Салат из свежей капусты  Суп картофельный с горохом с фрикадельками  Котлета рубленая с соусом	70 250/17.5	14,24 Обед 1.4 6.3	23,74 5.1 6.6 19.58	8.9 22.5 16.03	88 167 308
ИТОГО  Салат из свежей капусты  Суп картофельный с горохом с фрикадельками  Котлета рубленая с соусом  Каша гречневая рассыпчатая	70 250/17.5 50/50	14,24 Обед 1.4 6.3	23,74 5.1 6.6	8.9 22.5 16.03 29.87	88 167
ИТОГО  Салат из свежей капусты  Суп картофельный с горохом с фрикадельками  Котлета рубленая с соусом  Каша гречневая рассыпчатая	70 250/17.5 50/50	14,24 Обед 1.4 6.3 15.9	23,74 5.1 6.6 19.58 9,07	8.9 22.5 16.03 29.87 24.1	88 167 308 293 93
ИТОГО  Салат из свежей капусты  Суп картофельный с горохом с фрикадельками  Котлета рубленая с соусом  Каша гречневая рассыпчатая	70 250/17.5 50/50 150 200	14,24 Обед 1.4 6.3 15.9 6	23,74 5.1 6.6 19.58 9,07 0	8.9 22.5 16.03 29.87	88 167 308 293
ИТОГО  Салат из свежей капусты  Суп картофельный с горохом с фрикадельками  Котлета рубленая с соусом  Каша гречневая рассыпчатая	70 250/17.5 50/50 150 200	14,24 Обед 1.4 6.3 15.9 6	23,74 5.1 6.6 19.58 9,07 0	8.9 22.5 16.03 29.87 24.1	88 167 308 293 93