

7-11 лет

МЕНЮ



День 8 - ой

Наименование блюд и продуктов	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		белки	жиры	угл-ды	Ккал
ЗАВТРАК					
Бутерброд с маслом	30/10	2,33	8,12	15,55	144,60
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5	6,46	6,49	23,21	199,50
Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	5,97	60,60
Фрукты свежие (Яблоки)	120	0,48	0,48	11,76	56,40
Батон	30	2,25	0,87	15,42	78,60
Итого:	585	19,77	23,23	72,19	602,50
2 - ой ЗАВТРАК					
Нектар фруктовый (разливной)	180	0,90	0,00	18,18	76
Итого:	180	0,90	0,00	18,18	76,32
Итого за завтрак:	765	20,67	23,23	90,37	678,82
ОБЕД					
Салат из зеленого горошка к/с	60	1,79	3,11	3,75	50,16
Суп крестьянский с пшеничной крупой	200	3,58	10,34	4,87	125,00
Филе куриной грудки тушеное с овощами	50/150	14,16	10,92	35,10	335,50
Компот из свежих фруктов	200	0,16	0,12	18,10	74,60
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	19,80	99,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
Итого:	750	26,03	25,41	101,30	778,26
Вода питьевая ПЭТ	500	0,00	0,00	0,00	0,00
ВСЕГО:	2015	46,70	48,64	191,67	1457,08

 Зав. Производством *Дав* Давлетшина А.Н.