

МЕНЮ

День: пятый Неделя: первая Сезон: осень-зима

Возрастная категория: дети с ОВЗ 7-11 лет (5-ти разовое питание)

Проживающие

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
Завтрак						
130-08	Каша рисовая молочная	200	7,67	8,02	17,92	191,35
148-08	Кофейный напиток на молоке	200	2,77	0,57	15,69	70,04
тгк	Джем (повидло)	10	0,04	0,00	6,01	22,90
тгк	Хлеб пшеничный	90	5,36	0,53	35,36	167,94
Итого за 'Завтрак '		500	15,84	9,11	74,98	452,23
Обед						
28-13	Салат из свежих огурцов с раст/маслом	60	0,45	3,58	1,96	40,62
136	Суп картофельный с пшеничной крупой	200	1,43	2,01	11,97	70,16
460	Котлеты рубленные из куриной грудки	90	25,71	29,24	59,52	590,80
87-13	Рагу из овощей	150	1,70	2,83	17,56	116,77
153	Компот из сухофруктов	200	0,21	0,01	13,42	51,25
тгк	Хлеб пшеничный	60	4,29	0,42	28,28	134,35
Итого за 'Обед '		760	33,79	38,09	132,71	1003,95
Полдник						
тгк	Яблоки	100	0,40	0,40	11,60	48,68
160Г	Напиток из сока	200	0,24	0,04	13,77	54,27
Итого за 'Полдник '		300	0,64	0,44	25,37	102,95
Ужин						
162-13	Минтай, запеченный в сметанном соусе	90	13,63	17,70	29,33	286,38
тгк	Картофель запеченный	150	3,53	9,03	31,27	218,80
628	Чай с сахаром	200	0,18	0,04	9,21	35,88
тгк	Хлеб ржаной	60	3,72	0,63	22,77	106,03
Итого за 'Ужин '		500	21,06	27,40	92,58	647,09
2-ой Ужин						
645	Кефир	180	5,08	0,08	6,55	50,50
Итого за '2-ой Ужин '		180	5,08	0,08	6,55	50,50
Итого за день		2240	76,41	75,13	332,18	2256,72

ИТОГО стоимость комплекса за весь день: 257,61 руб.

Зав. производством:

Ответственный по питанию:

Ваша
рука