



МЕНЮ
7-11 лет
1 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	155	3,8	3,9	23,6	151,5
Бутерброд с варено-копчёным мясом	50	5,5	7,1	16,3	153,6
Чай с сахаром	200	0,1		15,0	60,0
Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	61,1
	535	9,9	11,5	67,6	426,2
Обед					
Суп картофельный с яйцом	200	3,0	4,6	16,1	119,2
Тефтели "Нежные" с кр.осн. Соусом 70/50	120	9,8	16,7	9,7	227,7
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,4	6,0	37,9	238,9
Напиток из шиповника и изюма	200	0,4	0,1	23,0	99,5
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	13,4	69,6
Огурец свежий	30	0,2		0,6	3,2
	740	24,4	27,9	100,7	758,1
Полдник					
Слойка с конфитюром	60	14,7	20,6	19,6	337,5
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	360	15,1	21,0	49,6	472,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1635	49,4	60,4	217,9	1 656,8