



МЕНЮ 7-11 лет 2 ДЕНЬ 2 НЕДЕЛИ

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Котлета рыбная минтай	90	8,6	6,1	4,1	106,2
Картофельное пюре	150	3,3	4,2	22,1	145,0
Помидор свежий (порционно)	30	0,3	0,1	1,1	7,2
Чай с сахаром	200	0,1		15,0	60,0
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
	500	14,6	11,3	57,7	397,0
Обед					
Свекольник со сметаной	210	2,0	4,9	13,8	109,2
Курица в кисло -сладком соусе 45/45	90	12,4	11,1	3,6	164,1
Макаронные изделия отварные	150	6,2	4,0	40,1	226,3
Чай с сахаром	200	0,1		15,0	60,0
Хлеб ржано-пшеничный	42	2,8	0,5	14,0	73,1
Бантик (слойка)	18	1,5	5,3	9,1	90,5
	710	25,0	25,8	95,6	723,2
Полдник					
Пирожок с яйцом	60	6,5	7,6	22,6	184,8
Сок фруктовый в инд.упаковке	200			20,2	88,0
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0
	360	6,9	8,0	52,6	319,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1570	46,5	45,1	205,9	1 440,0