

Фактическое ежедневное меню



Меню

Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	7 день					
	Завтрак					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
210	Омлет натуральный	80	7,43	13,24	1,41	154,48
230	Каша манная молочная жидкая	220/10	6,98	7,40	35,05	234,49
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Второй Завтрак					
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	1,77	1,41	22,50	109,80
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Обед					
196	Кабачки, запеченные под соусом	100	4,10	4,10	14,70	112,00
118/109	Суп с клецками	250	5,60	4,80	10,18	115,00
367	Жаркое по - домашнему	280	31,55	30,05	25,01	496,53
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Полдник					
338	Плоды свежие	280	1,12	1,12	27,44	131,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Ужин					
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,00
308	Котлеты рыбные любительские	140	17,50	2,10	7,28	117,60
304	Рис отварной с маслом сливочным	180	4,38	6,45	44,02	251,64
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Второй ужин					
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	1,17	9,18	18,75	162,30
	Медицинский работник					
	Зав. столовой					
	Ответственный по питанию					