



# Меню

18 мая 2022 года

| Завтрак                         |             |                                   |             |                  |       |          |                         |
|---------------------------------|-------------|-----------------------------------|-------------|------------------|-------|----------|-------------------------|
| Приём пищи                      | № рецептуры | Наименование блюда                | 11 и старше | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|                                 |             |                                   |             | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя: первая<br>День: среда   |             |                                   |             |                  |       |          |                         |
|                                 | 302         | Каша молочная со сливочным маслом | 300 гр.     | 4,5              | 12,3  | 67,5     | 306                     |
|                                 | 693         | Какао                             | 200 гр.     | 4,9              | 5     | 32,5     | 380                     |
|                                 |             | Хлеб                              | 30 гр.      | 2,04             | 0,39  | 13,56    | 60,3                    |
| <b>Итого за завтрак</b>         |             |                                   | 530 гр.     | 11,44            | 17,69 | 113,56   | 746,3                   |
| Горячий завтрак                 |             |                                   |             |                  |       |          |                         |
|                                 |             | Салат из свёклы                   | 100 гр.     | 2,3              | 6,8   | 5,8      | 138                     |
|                                 | 155         | Суп с клёцками                    | 300 гр.     | 3,72             | 7,92  | 39,84    | 153,6                   |
|                                 | 374         | Рыба тушёная                      | 150 гр.     | 15,9             | 16,2  | 8,4      | 192                     |
|                                 | 520         | Картофельное пюре                 | 200 гр.     | 4,2              | 9     | 29,2     | 218                     |
|                                 | 685         | Чай                               | 200 гр.     | 0                | 0     | 19       | 56                      |
|                                 |             | Хлеб                              | 60 гр.      | 4,08             | 0,78  | 27,12    | 120,6                   |
| <b>Итого за горячий завтрак</b> |             |                                   | 1010 гр.    | 30,2             | 40,7  | 129,36   | 878,2                   |

Составил: Л.С.Ильина



# Меню

18 мая 2022 года

| Завтрак                         |             |                                   |         |                  |       |          |                         |
|---------------------------------|-------------|-----------------------------------|---------|------------------|-------|----------|-------------------------|
| Приём пищи                      | № рецептуры | Наименование блюда                | 7 -11   | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая ценность |
|                                 |             |                                   |         | Белки            | Жиры  | Углеводы |                         |
| Неделя: первая<br>День: среда   |             |                                   |         |                  |       |          |                         |
|                                 | 302         | Каша молочная со сливочным маслом | 200 гр. | 3                | 8,2   | 45       | 204                     |
|                                 | 693         | Какао                             | 200 гр. | 4,9              | 5     | 32,5     | 380                     |
|                                 |             | Хлеб                              | 30 гр.  | 2,04             | 0,39  | 13,56    | 60,3                    |
| <b>Итого за завтрак</b>         |             |                                   | 430 гр. | 9,94             | 13,59 | 91,06    | 644,3                   |
| Горячий завтрак                 |             |                                   |         |                  |       |          |                         |
|                                 |             | Салат из свёклы                   | 100 гр. | 2,3              | 6,8   | 5,8      | 138                     |
|                                 | 155         | Суп с клёцками                    | 250 гр. | 3,1              | 6,6   | 33,2     | 128                     |
|                                 | 374         | Рыба тушёная                      | 100 гр. | 10,6             | 5,4   | 5,6      | 128                     |
|                                 | 520         | Картофельное пюре                 | 150 гр. | 3,15             | 6,75  | 21,9     | 163,5                   |
|                                 | 685         | Чай                               | 200 гр. | 0                | 0     | 19       | 56                      |
|                                 |             | Хлеб                              | 60 гр.  | 4,08             | 0,78  | 27,12    | 120,6                   |
| <b>Итого за горячий завтрак</b> |             |                                   | 860 гр. | 23,23            | 26,33 | 112,62   | 624                     |

Составил: Л.С.Ильина