

меню дня

2.08.2022

Шмидтова Е.А.

день 2

Возрастная категория: Школьники 7-10 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
100	Сыр порционный	15	3,84	3,92	0,00	51,45	
24	Кнели из филе кури	80	14,59	19,42	4,57	251,34	
25	Каша вязкая	150	4,26	8,40	30,14	212,91	
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76	
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,40	0,22	9,26	43,20	
	Итого за приём пищи:		26,57	32,20	73,75	688,16	

79,50

Возрастная категория: Школьники 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
100	Сыр порционный	15	3,84	3,92	0,00	51,45	
24	Кнели из филе кури	100	18,24	24,27	5,71	314,18	
25	Каша вязкая	180	5,11	10,08	36,16	255,49	
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76	
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	35	2,46	0,38	16,20	75,60	
	Итого за прием пищи:		32,13	38,89	87,85	825,98	

91,38

Возрастная категория: ОВЗ Школьники 7-10 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
23	Суп из овощей	250/10	2,20	4,40	12,40	99,00	
171	Пирожок с яблоком	70	3,90	1,50	28,90	153,12	
518	Сок	200	1	0,00	0,00	110,00	
	Йогурт	125	3,75	3,13	13,75	100,00	
	Оладушки панкейк	42	2,10	2,94	23,10	126,00	
	Итого за прием пищи:		12,95	11,97	78,15	588,12	
100	Сыр порционный	15	3,84	3,92	0,00	51,45	
24	Кнели из филе кури	80	14,59	19,42	4,57	251,34	
25	Каша вязкая	150	4,26	8,40	30,14	212,91	
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76	
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,40	0,22	9,26	43,20	
	Итого за прием пищи:		26,57	32,20	73,75	688,16	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		39,52	44,17	151,90	1276,28	148,8

Возрастная категория: ОВЗ Школьники 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
23	Суп из овощей	250/10	2,20	4,40	12,40	99,00	
171	Пирожок с яблоком	70	3,90	1,50	28,90	153,12	
518	Сок	200	1	0,00	0,00	110,00	
	Йогурт	125	3,75	3,13	13,75	100,00	
	Оладушки панкейк	42	2,10	2,94	23,10	126,00	
	Итого за прием пищи:		12,95	11,97	78,15	588,12	
100	Сыр порционный	15	3,84	3,92	0,00	51,45	
24	Кнели из филе кури	100	18,24	24,27	5,71	314,18	
25	Каша вязкая	180	5,11	10,08	36,16	255,49	
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76	
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	35	2,46	0,38	16,20	75,60	
	Итого за прием пищи:		32,13	38,89	87,85	825,98	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		45,08	50,86	166,00	1414,10	219,30

Возрастная категория: Род.Плата

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
24	Кнели из филе кури	80	14,59	19,42	4,57	251,34	
25	Каша вязкая	150	4,26	8,40	30,14	212,91	
493	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,02	58,76	
108	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,40	0,22	9,26	43,20	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		22,73	28,28	73,75	636,71	60,0