

меню дня

19.04.2021г

день3

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						
404	Птица отварная	80	18,86	13,03	0,46	194,29	
291	Макароны отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88	
175	Кукуруза отварная	60	5,34	3,37	37,01	199,74	
617	Напиток Валитек	200	0,00	0,00	18,40	74,00	
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
	Итого за прием пищи:		34,49	17,73	110,58	741,11	

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						
404	Птица отварная	80	18,86	13,03	0,46	194,29	
291	Макароны отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88	
175	Кукуруза отварная	60	5,34	3,37	37,01	199,74	
617	Напиток Валитек	200	0,00	0,00	18,40	74,00	
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
	Итого за прием пищи:		34,49	17,73	110,58	741,11	

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						
404	Птица отварная	80	18,86	13,03	0,46	194,29	
291	Макароны отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88	
175	Кукуруза отварная	60	5,34	3,37	37,01	199,74	
617	Напиток Валитек	200	0,00	0,00	18,40	74,00	
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
	Итого за прием пищи:		34,49	17,73	110,58	741,11	
	Обед						
128	Борщ	250	1,65	5,17	11,90	100,70	
372	Голубцы ленивые	200	17,00	16,60	8,00	250,00	
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	13,36	69,60	
107	Овощи натуральные соленные(огурцы)	60	0,48	0,06	1,02	7,80	
512	Компот из ягод сушеных	200	0,30	0,00	20,10	81,00	
	Итого за прием пищи:		25,11	22,63	74,06	603,10	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		59,60	40,36	184,64	1344,21	

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						
404	Птица отварная	80	18,86	13,03	0,46	194,29	
291	Макароны отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88	
175	Кукуруза отварная	60	5,34	3,37	37,01	199,74	
617	Напиток Валитек	200	0,00	0,00	18,40	74,00	
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
	Итого за прием пищи:		34,49	17,73	110,58	741,11	
	Обед						
128	Борщ	250	1,65	5,17	11,90	100,70	
372	Голубцы ленивые	200	17,00	16,60	8,00	250,00	
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	40	2,64	0,48	13,36	69,60	
107	Овощи натуральные соленные(огурцы)	100	0,80	0,10	1,70	13,00	
512	Компот из ягод сушеных	200	0,30	0,00	20,10	81,00	
	Итого за прием пищи:		25,43	22,67	74,74	608,30	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		59,92	40,40	185,32	1349,41	

Возрастная категория: Род. Плата

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
412	Котлета из ф/куры	80	14,40	8,57	7,43	150,86	
291	Макароны отварные	180	6,79	0,81	34,85	173,88	
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,00	
109	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	30	1,98	0,36	10,02	52,20	
493	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		24,79	9,90	77,14	483,94	