

Информация
 Директор
 Н.В.

Двухнедельное меню для детей от 7 до 11 лет

№ п/п	И неделя попельник	масса порции	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины, мг				№ рецептуры			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Са	Mg	P	Fe	гр.В	С	Е	РР		D	A	
	22.03.21г.																	
	завтрак 1 смена	г																
1	Бифстроганов из говядины	90	12,93	22,91	2,74	268,87	27,83	0,00	0,00	0,83	0,11	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	278
2	Рис отварной гарнир	150	3,60	4,32	37,53	203,40	5,31	25,46	77,91	1,11	42,83	0,00	1,50	4,52	0,02	0,14	302	
3	Хлеб пшеничный	50	3,06	9,54	18,28	171,22	9,30	0,00	0,00	0,62	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1	
4	Масло сливочное	10	0,00	8,20	0,10	74,20	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	
5	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	56,80	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376	
6	Фрукты свежие	100	1,50	0,50	8,00	42,50	8,00	0,00	0,00	0,60	0,90	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	368	
			21,29	45,47	80,65	816,99	57,44	25,46	79,91	3,56	43,89	10,01	1,50	4,52	0,02	59,14		

№ п/п	II неделя вторник	масса порции	Пищевые вещества				Минеральные вещества, мг				Витамины				№ рецептуры			
			Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Са	Mg	P	Fe	гр. В	С	Е	РР		D	A	
	23.03.21г.																	
	завтрак 1 смена	г																
1	Гуляш из говядины	90	10,28	18,09	2,64	214,49	2,48	0,00	0,00	1,05	0,05	0,74	0,00	0,00	0,00	0,00	277	
2	Каша пшеничная гарнир	150	6,60	5,73	37,89	229,53	16,64	47,34	134,43	1,55	0,17	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	302	
3	Хлеб пшеничный	50	3,06	9,54	18,28	171,22	9,30	0,00	0,00	0,62	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1	
4	Масло сливочное	10	0,00	8,20	0,10	74,20	1,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	14	
5	Сыр твердый	15	2,32	2,95	0,00	35,83	88,00	3,50	50,00	0,10	0,00	0,07	0,00	0,00	0,00	0,00	15	
6	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	56,80	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	376	
			2,59	7,3	2,5	86,06	16,56	8,40	14,40	0,50	0,00	17,28	0,00	0,00	0,00	0,00		
7	Огурец соленый (с добавлением лимонной кислоты, без уксуса)	60																
8			25,05	51,81	75,41	868,13	139,98	59,24	200,83	4,22	0,27	18,09	0,00	0,00	0,00	85,00		

