



Меню 1 неделя

Наименование блюд	6-11 лет				
	Выход	Белки	Жиры	углеводы	Ккал
1 день					
Филе куриное с овощами	80	267,6	100	348	307,3
Макароны	100	90,38	150	117,5	104
Чай с лимоном	200	116	200	116	56
хлеб	20	50,8	30	114,3	467,3
2 день					
Суп лапша домашняя с мясом курицы	200	0,6	3	3	307,3
Яблоки	200	16,6	20,9	18,6	104
Чай черный с сахаром	200	0,1	0,1	18,8	56
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	50,8
Итого за день		25	25,4	44,17	518,1
3 день					
плов из мяса говядины	200	2,3	3	12,7	129
Салат из капусты со свежим огурцом на р/м	60	2,65	2,7	34,75	60,51
Кисель плодово-ягодный	200	0,3	0,1	24,9	101,2
Хлеб	20	7,7	1,4	3,77	50,8
Итого за день		12,95	7,2	76,12	341,51
4 день					
Суп гороховый с мясом говядины	200	17,7	20,9	25	53,6
Булочка домашняя	50	2,4	3,4	10,2	91,7
Сок натуральный	200	1,4	0,2	26,4	100
хлеб	20	7,7	1,4	3,77	50,8
Итого за день		29,2		65,37	
5 день					
Шницель мясной с соусом	80/30	4,2	6,6	4,4	72,9
Картофельное пюре	100	88,2	150	132,3	88
Компот из сухофруктов	200	0,3	0,1	24,9	124,4
хлеб	20	76,2	0	0,8	50,8
Итого за день		168,9	156,7	162,4	336,1
Итого за 5 дней		1525,01	219,3	462,36	1663,01
Итого средняя за день		305,002	43,86	92,472	332,602

Зав. производства



Жасенов