

1-4 беспл. завтрак.

Меню приг. отапливаемых блюд. Возрастная категория от 7 до 11 лет (двухразовое)

Наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур
		Пищевые вещества (г)				
		Б	Ж	У		
день1						
Завтрак						
Каша молочная рисовая с маслом сливочным	205	9,2	10,0	54,1	329,6	173
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,5	43,0	376
Батон	20	1,0	1,0	6,4	38,6	пр
Итого завтрак:	525	12	11	87	484	
день2						
Завтрак						
Макаронны отварные	150	6,3	7,2	15,6	152,4	334
Фрикадельки мясные "деревенские" в соусе красном	110	11,65	7,08	12,73	183,69	128/505
Хлеб пшеничный	40	3,0	0,3	19,4	92,4	пр
Чай с сахаром лимоном	200	0,3	0,1	12,3	49,7	377
Итого завтрак:	500	21	15	60	478	

		день 3		день 4		
Завтрак		день 3		день 4		
Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	255	5,8	10,0	54,1	329,6	175
Масло сливочное порциями	10	0,1	7,3	0,1	65,8	14
Батон	40	2,0	2,0	12,8	77,2	пр
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,5	43,0	376
Итого завтрак:	505	8	19	78	516	
день 4						
Завтрак						
Рис отварной	150	3,8	15,6	40,2	356,4	234
Сосиска отварная с соусом	100	5,60	2,60	10,20	74,60	362/505
Батон	50	2,5	2,5	16,0	96,5	пр
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,5	43,0	376
Итого завтрак:	500	12	21	77	571	

1-4

день 5

Завтрак									
Макаронны отварные с сыром	200	8,6	15,0	46,7	356,3	204			
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр			
Чай с сахаром лимоном	200	0,3	0,1	12,3	49,7	377			
Батон	20	1,0	1,0	6,4	38,6	576			
Итого завтрак:	520	11,2	16,4	81,3	516,9				
день 6									
Завтрак									
Омлет натуральный с колбасными изделиями	200	6,2	9,2	54,1	323,8	212			
Батон	20	1,0	1,0	6,4	38,6	пр			
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр			
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,5	43,0	376			
Итого завтрак:	520	8,7	10,6	86,9	477,7				

		Завтрак		Итого завтрак:		день 8	
	количество	цена	сумма	количество	цена	сумма	примечание
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	24,4	10,7	42,3	363,1	327	
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр	
Чай с сахаром лимоном	200	0,3	0,1	12,3	49,7	377	
Багон	20	1,0	1,0	6,4	38,6	пр	
Итого завтрак:		520	12,1	76,9	523,7		
день 8							
		Завтрак		Итого завтрак:		день 8	
	количество	цена	сумма	количество	цена	сумма	примечание
Макаронны отварные	200	8,6	15,0	46,7	356,3	334	
Соуска отварная с соусом	100	5,60	2,60	10,20	74,60	362/505	
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,5	43,0	376	
Багон	20	1,0	1,0	6,4	38,6	пр	
Итого завтрак:		520	18,6	73,8	512,5		

день 9										
Завтрак										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	205	7,40	8,78	37,72	258,2	230				
Батон с маслом (20/10)	30	1,1	8,3	6,5	105,1	пр/14				
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр				
Чай с сахаром лимоном	200	0,3	0,1	12,3	49,7	377				
Итого завтрак:	535	10,1	17,5	72,4	485,3					
день 10										
Завтрак										
Каша молочная манная с маслом сливочным	205	13,32	13,80	45,60	359,88	181				
Яблоко	100	1,4	0,3	16,0	72,3	пр				
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	10,5	43,0	376				
Батон	20	1,0	1,0	6,4	38,6	пр				
Итого завтрак:	525	15,8	15,2	78,5	513,8					