



УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

Рацион: с 7 до 11 лет

Сезон: осень - зима



СОГЛАСОВАНО:

Директор

День: вторник

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
66	Суп с домашней лапшой	200	2,08	4,44	9,28	76,8
261	Сосиска в тесте	100	9,42	11,42	26,85	250
1,21	Хлеб витаминизированный для детского питания пшеничный	60	4,5	0,6	28,8	138,6
282	Чай с сахаром	200	0,1		9,1	35
Итого за Завтрак			16,1	16,5	74,0	500,4
Обед						
21	Салат Витаминный	60	0,98	2,7	6,67	54
54	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	2,5	5	12,4	95,2
137	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60/40	9,1	8,06	105,4	155
176	Каша рисовая рассыпчатая	150/5	4,58	6,91	36,75	200
317	Напиток яблочный	200			23,5	89
1,21	Хлеб ржаной для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			21,66	23,27	213,52	731,80
Итого за день			37,76	39,73	287,55	1232,20



УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

Рацион: ст с 12 лет

Сезон: осень - зима



СОГЛАСОВАНО:

Директор

День: вторник

Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
66	Суп с домашней лапшой	250	4,6	5,55	11,6	96
261	Сосиска в тесте	100	9,42	12,42	26,85	250
282	Чай с сахаром	200	0,1		9,1	35
1,21	Хлеб витаминизированный для детского питания пшеничный	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Завтрак			18,62	18,57	76,35	519,60
Обед						
21	Салат Витаминный	100	1,6	4,6	11,1	90
54	Рассольник Ленинградский	250/10	3,1	6,2	15,4	119
137	Биточки из мяса птицы в томатном соусе	60/40	9,1	8,06	105,4	155
1	Каша рисовая рассыпчатая	180/5	7,44	8,32	45,12	241,2
317	Напиток яблочный	200			23,5	89
1,21	Хлеб ржаной для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			25,74	27,78	229,32	832,80
Итого за день			44,36	46,35	305,67	1352,40



