

УТВЕРЖДАЮ:

Вережгагин А.А.

Рацион: с 7 до 11 лет

Сезон: осень - зима

СОГЛАСОВАНО:

Директор

День: понедельник

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						
204,01	Каша манная молочная жидкая	180,5	10,2	8	26,76	193,9
272	Булочка Домашняя	100	7,3	11,7	55,4	358
304	Какао с молоком	200	3,6	3,3	13,7	100
1,05	Хлеб витаминизированный для детского питания пшеничный	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Завтрак			25,6	23,6	124,7	790,5
Обед						
6	Салат из белокочанной капусты	60	1,28	2,7	6,15	53,7
61,01	Суп картофельный с крупой	200	2,08	6	18,44	95,6
1	Гуляш куриный	90	13,86	7,8	2,16	91,17
211	Макаронные изделия отварные	150	9,19	6,871	47,61	278,71
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
1,08	Хлеб ржаной для детского питания	60	5,1	1,98	28,98	155
Итого за Обед			32,01	25,45	134,54	795,18
Итого за день			57,61	49,05	259,20	1585,68



УТВЕРЖДАЮ:

Верещагин А.А.

Рацион: ст с 12 лет

Сезон: осень - зима



СОГЛАСОВАНО:

Директор

День: понедельник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
204	Каша манная молочная жидкая	200/5	5	7,8	23,4	184
272	Булочка Домашняя	100	7,3	11,7	55,4	358
304	Какао с молоком	200	3,6	3,3	13,7	100
1,21	Хлеб витаминизированный для детского питания пшеничный	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Завтрак			20,4	23,4	121,3	780,6
Обед						
6	Салат из белокочанной капусты	100	2,2	4,5	10,3	89,4
61,02	Суп картофельный с крупой	250	2,6	7	23,05	139,5
1	Гуляш куриный	90	13,86	10,7	2,16	91,17
211	Макаронные изделия отварные	180	6,6	4,7	39,4	230
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121
1,21	Хлеб ржаной для детского питания	60	4,5	0,6	28,8	138,6
Итого за Обед			30,26	27,60	134,91	809,67
Итого за день			50,66	51,00	256,21	1590,27



