

МН 01003
 Методические указания
 к № 10

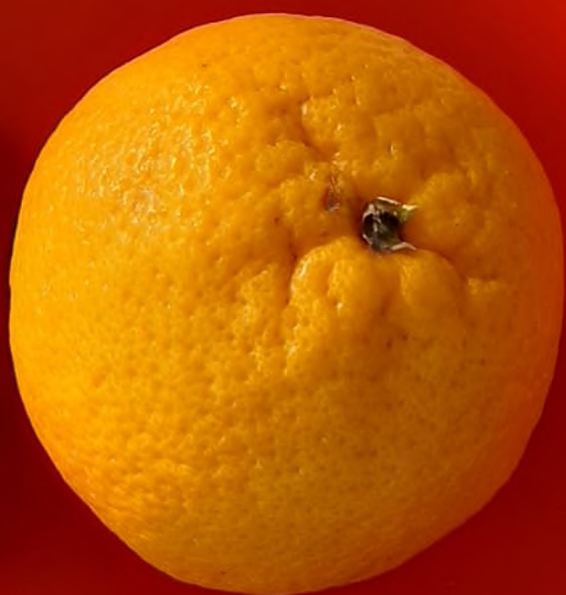
1411		1412		1413		1414	
№	Наименование	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Энергетическая ценность
Итого за сутки							
№	Наименование	Масса порции	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	Энергетическая ценность
1	Картофельное пюре	150	0,4	1,0	20,3	110	110
2	Котлеты (мясные с соусом томатным)	60/40	7,5	7,2	8	130	130
3	Макароны твердые с маслом	130	3,22	4,1	28,41	157	157
4	Мороженое	200	1,8	0,09	3,19	61	61
5	Хлеб пшеничный	65	1,64	1,3	39	234	234
6	Хлеб ржаной	40	3,47	1,33	17,07	95	95
Итого за сутки							
Суммарная энергетическая ценность		190	1,33	0,1	12,2	64,5	64,5

(Итого за сутки)

№	Наименование	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы	
1	Суп картофельный с бобовыми	230	0,9	3,99	38,33	230
2	Макароны твердые с маслом	130	3,22	4,1	28,41	157
3	Баточки мясные с соусом томатным	60/40	7,5	7,2	8	130
4	Компот из замороженных ягод	200	1,8	0,09	3,19	61
5	Хлеб пшеничный	65	1,64	1,3	39	234
6	Хлеб ржаной	40	3,47	1,33	17,07	95
Итого за сутки						907
Суммарная энергетическая ценность						907

Суммарная энергетическая ценность

2 ЗАВТРАК.
с 1-4 кл, дети ОБЗ.



ЗАВТРАК



ОБЕД

