

Меню дня 21.12.



День: 7 день
 Возрастная категория: Школьники 7-10 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
258	Шницель рыбный натуральный	60	13,12	4,71	1,80	102,42	
429	Картофельное пюре	150	3,15	6,60	16,35	138	
398	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	1,14	5,34	4,62	71,4	
112	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97	
494	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
108	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		90,00	21,61	17,47	65,43	508,02	

Возрастная категория: Школьники 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ЗАВТРАК						
258	Шницель рыбный натуральный	80	13,12	4,71	1,80	102,42	
429	Картофельное пюре	180	3,15	6,60	16,35	138	
496	Икра кабачковая (промышленного производства)	30	1,90	8,90	7,70	119	
105	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97	
111	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	
111	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		540	22,37	21,03	68,51	555,62	

Возрастная категория: ОВЗ Школьники 7-10 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ОБЕД						
144	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	4,58	3,02	17,54	115,92	
406	Плов из отварной птицы	200	15,24	15,14	36,10	341,9	
108	о Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	
109	об Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	
507	Компот из свежих плодов или ягод (из плодов)	200	0,50	0,20	23,10	96	
119	Икра (морковная)	30	1,44	4,26	6,24	69	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		710	27,436	23,42	116,02	786,42	

Возрастная категория: ОВЗ Школьники 11-18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
	ОБЕД						
144	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	250	5,72	3,77	21,93	144,9	
406	Плов из отварной птицы	220	19,05	18,93	35,97	427,37	
108	о Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	
109	об Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	
507	Компот из свежих плодов или ягод (из плодов)	200	0,50	0,20	23,10	96	
119	Икра свекольная или морковная (морковная)	30	2,40	7,10	10,40	115	
ИТОГО ЗА ОБЕД:		780	33,35	30,80	124,44	946,87	

Возрастная категория: Дополнительная плата

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Цена
			белки	жиры	углеводы		
406	Плов из отварной птицы	200	15,24	15,14	36,10	341,9	
119	Овощи свежие (Огурец соленый)	30	1,44	4,26	6,24	69	
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	