



Льготный завтрак с 16 по 20 декабря 2024 г.

7-11 лет				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ ре-цеп- туры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле- воды		
Понедельник								
2 нед .	267 п *	Каша, пшённая молочная жидкая	200	9,8	2,4	4,7	228,8	
6 день	567 п *	Булочка российская	60	4,3	5	25,3	198	
	14 г	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
Итого:			520	15,96	15,97	59,95	621,77	110,00
Вторник								
2 нед .	224 г *	Запеканка из творога с морковью	165	13,8	14,2	20,1	373	
7 день	112 п *	Плоды свежие	125	0,4	0,4	9,8	47	
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
Итого:			515	15,14	15,26	52,51	515,48	110,00
Среда								
	181 г *	Каша манная молочная жидкая	200	6,9	9,2	7,3	263,65	
2 нед .	399 г *	Блинчик со сгущенным молоком	60	3,26	1,86	20,23	110,5	
8 день	496 п *	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,57	118,6	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
Итого:			510	15,92	15,92	59,92	561,72	110,00
Четверг								
2 нед .	294 п *	Макароны отварные с овощами	200	11,83	5,05	36,85	395,56	
9 день	112 п *	Плоды свежие	125	0,4	0,4	9,8	47	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
Итого:			550	13,17	6,11	69,06	537,04	110,00
Пятница								
2 нед .	395 г *	Вареники с картофелем	200	10,8	3,46	27,7	379,6	
10 день	106 п	Овощи натуральные (огурец)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
Итого:			510	13,06	4,84	59,22	517,97	110,00
Итого за неделю:			2605	73,25	58,1	300,66	2753,98	550,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог: Голоскокова С.В. _____