



ОСНОВНОЕ ОРГАНИЗОВАННОЕ МЕНЮ ПРИГотовляемых БЛЮД для ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ ДЕТЕЙ 7-11 ЛЕТ

2 день 1 неделя 06.05.2025

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ/ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ/	60	0,5	0,1	1,5	8,4	71	2011
МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	150	10,3	19,0	13,2	288,1	274	2012
СОК ФРУКТОВЫЙ ВИШНЕВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	389	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	ПП	2023
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	ПП	2023
Итого за прием пищи:	500	18,2	20,0	76,4	579,9		
Обед							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1 ВАРИАНТ)	60	0,7	0,1	2,3	14,4	71	2011
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	220	3,0	4,7	19,4	107,3	84	2017
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,3	15,0	26,9	329,4	291	2017
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК / КЕФИР 2,5 %/	180	5,2	4,5	7,2	95,4	386	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	ПП	2023
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	ПП	2023
Итого за прием пищи:	700	27,6	25,0	97,9	746,5		
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ 155/20	175	6,9	11,4	31,6	290,8	155	2012
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,2	0,0	7,4	31,1	377	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	9,9	46,0	ПП	2023
Итого за прием пищи:	375	8,2	11,6	48,9	367,9		
Всего за день:		54,0	56,6	223,2	1 694,3		