

**МЕНЮ**

дети 7-11 лет

ДЕНЬ 4 -31.01.2023

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ФРУКТ		1/200	2,00	0,70	28,50	130,40
КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		50/5	5,60	12,20	0,20	133,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		150	2,20	4,40	25,50	150,00
КАКАО С МОЛОКОМ		200	3,90	3,30	16,70	113,10
БАТОН		50	3,80	1,50	25,70	131,00
			17,50	22,10	96,60	657,50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ИЗЮМОМ		60	0,80	4,90	7,70	78,30
УХА "ЗОЛОТАЯ РЫБКА"		200/20	7,60	4,40	15,50	132,20
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ		200/5	15,50	15,80	31,90	331,40
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		200			15,50	61,90
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		50	3,70	0,30	24,30	114,90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,70	0,40	17,00	81,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	40	2,6	0,4	17	81,60
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			30,30	25,80	111,90	800,30
			47,80	47,90	208,50	1 457,80