

Директор

О.Я. Сычевская

№	Наименование блюда	Выход блюда	Белки	Жиры	Углево- ды	Калор ийнос- ть	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe	
<i>1 неделя - понедельник 04.09.2023</i>		<i>7-11 лет</i>													
<i>Завтрак</i>															
262	Каша манная молочная жидкая	180	5,6	5,9	27,9	186,7	0,07	1,2	37,08	0,5	139,7	169,8	18,3	0,4	
493	Чай с сахаром	200	0,1	0	9,3	37,7	0	0	0	0	2,3	3,3	1,8	0,36	
108	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,2	10,3	48	0,07	0	0	0,3	4,2	14,2	2,8	0,22	
96	Бутерброды с повидлом	20/27	1,2	1,7	20,6	120,8	0,03	0,2	20	0,2	7	13,1	3	0,41	
		447	8,2	7,8	68,1	393,2	0,17	1,4	57,08	1	153,2	200,4	25,9	1,39	
<i>Обед</i>															
115	Икра кабачковая (промышленного производства)	50	23,85	4,45	3,85	59,3	0,01	2,8	0	0,8	16,4	14,8	5,2	0,3	
144	Суп картофельный с бобовыми (на курином бульоне)	250	2,3	4,2	15,1	108	0,12	8,7	20	0,2	37,5	87,5	27,1	0,7	
404	Птица отварная	80	16,5	13,2	0,1	185	0,03	1	79,3	0,6	32,6	158	15,6	1,31	
291	Макаронные изделия отварные	150	5,55	0,7	30,8	145	0,05	0	34,3	0,8	9,6	44,9	8,4	1,02	
508	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27	110	0,01	0,2	0	0,5	25,5	24,9	13	0,85	
110	Хлеб столовый (ржано- пшеничный)	40	2	0,46	20	91,9	0,073	0	0	0,33	9,46	46,3	6	0,6	
453	Соус томатный	30	0,3	1	2,1	18,5	0	0,5	6	0,1	1,8	4,8	2,3	0,11	
		800	51	24,01	98,95	717,7	0,293	13,2	139,6	3,33	132,86	381,2	77,6	4,89	
<i>Полдник</i>															
		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
<i>Итого день</i>		1247	59,2	31,81	167,05	1110,9	0,463	14,6	196,68	4,33	286,06	581,6	103,5	6,28	