

Ежедневное меню основного питания
на 29.04 2021года



Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Яйцо вареное	40	63
	Каша пшеничная с маслом	200/5	316,1
	Кофейный напиток с молоком	200	152
	Хлеб пшеничный	55	133,8
Итого за завтрак		500	664,9
обед	Икра свекольная	100	132
	Суп картофельный с крупой, птицей	200/20	170
	Рыба отварная	80	115,2
	Соус белый основной	50	32
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	207
	Компот из сухофруктов	200	106
	Хлеб ржаной	40	109
Итого за обед		840	871,2
Итого за день:			1536,1

Ежедневное меню основного питания
на 29.04 2021года



Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
завтрак	Яйцо вареное	40	63
	Каша пшеничная с маслом	250/5	395,1
	Кофейный напиток с молоком	200	152
	Хлеб пшеничный	55	130,6
Итого за завтрак		550	740,7
обед	Икра свекольная	100	132
	Суп картофельный с крупой, птицей	250/25	212,5
	Рыба отварная	100	144
	Соус белый основной	50	32
	Макаронные изделия отварные с маслом	200	276
	Компот из сухофруктов	200	106
	Хлеб ржаной	50	119
Итого за обед		975	1021,5
Итого за день:			1762,2