

Согласовано

**МЕНЮ**

Вторая неделя - среда

7-11 лет

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	200	6,2	9,9	26,6	223
2011	379	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,3	2,4	26,7	142
2011	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	2,4	9,2	15,5	153
Итого				11,9	21,5	68,8	518
Обед							
2012	12	КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ)	50	1,4	0,1	2,9	18
2011	94	РАССОЛЬНИК	200	1,4	4,1	10,4	85
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	2,5	3,5	26,3	146
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУРИЦЫ	70	10,1	10,1	0,1	131
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	27,9	115
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	5,3	0,7	33,9	163
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	80	6,1	0,5	40,1	190
Итого				27	19,2	141,6	848
Уплотнённый полдник							
2008		БАНАН	86	1,3	0,4	18	82
2012	489	КЕКС ДЕТСКИЙ	75	4,4	15,9	40	322
2011	327	СОУС МОЛОЧНЫЙ - СЛАДКИЙ	30	0,9	2,9	13,8	85
2011	223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	160	17,7	11,9	17	248
2008	435	КЕФИР	207	6	0,2	8	62
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118
Итого				34,1	31,6	121,9	917
Всего				73	72,3	332,3	2283