

Меню на 07.02.2025г.

| Неделя первая Пятница | | 7-11 лет | | | | | 12-18 лет | | | | |
|-----------------------|-----------------------------------|--------------|----------------------|-------------|--------------|-------------|--------------|----------------------|------|-------|--------|
| | | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Калор | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Калор |
| | | | Белки | Жиры | Углев | | | Белки | Жиры | Углев | |
| Завтрак | Суп молочный с крупой | 250 | 6.0 | 5.0 | 21.0 | 120 | 300 | 6.6 | 6.2 | 24.6 | 180 |
| | Бутерброд с маслом | 30/10 | 2.0 | 9.0 | 15.0 | 146 | 50/20 | 4.1 | 17.0 | 24.3 | 209 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0.1 | 0.0 | 9.3 | 37 | 200 | 0.1 | 0.0 | 9.3 | 37 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2.3 | 0.3 | 15.2 | 64 | 50 | 3.8 | 0.45 | 25.4 | 106.5 |
| | Яблоко | 1шт. | 1.0 | 0.0 | 21.0 | 80 | 1шт. | 1.0 | 0.0 | 21.0 | 80 |
| Обед | Щи из свежей капусты с картофелем | 250 | 1.7 | 5.6 | 8.4 | 91 | 300 | 2.1 | 6.7 | 10.1 | 110 |
| | Курица отварная | 60 | 15.0 | 12.6 | 0.2 | 174 | 80 | 20.0 | 16.8 | 0.3 | 232 |
| | Пюре гороховое | 180/5 | 17.7 | 5.8 | 41.6 | 292 | 200/7 | 19.7 | 7.6 | 46.3 | 336 |
| | Свежий помидор | 50 | 1.0 | 0.2 | 5.0 | 22 | 50 | 1.0 | 0.2 | 5.0 | 22 |
| | Хлеб ржаной/пшеничный | 50/50 | 7.0 | 0.9 | 39.4 | 223 | 70/50 | 9.4 | 1.65 | 49.6 | 261.5 |
| | Компот из свежих плодов | 200 | 0.2р | 0.1 | 17.2 | 68 | 200 | 0.5 | 0.2 | 18.3 | 72 |
| | | | | | | | | | | | |
| Полдник | Кондитерские изделия | 15 | 1.2 | 1.4 | 11.2 | 85 | 15 | 1.2 | 1.4 | 11.2 | 85 |
| | Молоко кипячёное | 200 | 5.9 | 6.2 | 9.5 | 116 | 200 | 5.9 | 6.2 | 9.5 | 116 |
| 1 ужин | Котлета рыбная | 80 | 12.7 | 8.5 | 12.5 | 177 | 120 | 19.0 | 12.8 | 18.3 | 266 |
| | Соус томатный | 30 | 0.4 | 21.3 | 2.0 | 21 | | | | | |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 10.4 | 6.8 | 45.4 | 288 | 250 | 14.4 | 9.4 | 63.0 | 401 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0.1 | 0.00 | 9.1 | 35 | 200 | 0.1 | 0.00 | 9.1 | 35 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 40/30 | 5.1 | 0.2 | 40.0 | 133 | 50/50 | 7.0 | 0.9 | 39.4 | 223 |
| 2 ужин | Снежок | 200 | 5.6 | 5.0 | 22.0 | 154 | 200 | 5.6 | 5.0 | 22.0 | 154 |
| | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО | | | 95.4 | 67.1 | 340.8 | 2310 | | 120.7 | 92.1 | 402.2 | 2937.4 |

Повар
 Деж. воспитатель
 Мед. Сестра
 Директор КОГОБУ ШИ ОВЗ п. Светлополянска
 Верхнекамского района

Бедру А. Л.