

Меню на 09.12.2024г.

| Неделя вторая Понедельник | | 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 | Каша пшённая молочная жидкая | 180/5 | 6.0 | 8.0 | 31.0 | 221 | 250/7 | 9.1 | 11.1 | 42.6 | 307 |
| | Икра кабачковая | 80 | 1.0 | 6.0 | 6.0 | 77 | 100 | 1.0 | 7.0 | 7.0 | 90 |
| | Бутерброд с маслом и сыром | 30/5/10 | 5.0 | 7.0 | 15.0 | 144 | 50/7/20 | 7.8 | 19.8 | 22.0 | 222 |
| | Чай с молоком и сахаром | 200 | 1.0 | 1.0 | 11.0 | 61 | 200 | 1.0 | 1.0 | 11.0 | 61 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2.3 | 0.3 | 15.2 | 64 | 50 | 3.8 | 0.45 | 25.4 | 106.5 |
| Обед | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1.7 | 5.0 | 11.6 | 97 | 300 | 2.0 | 6.0 | 14.0 | 117 |
| | Курица отварная | 60 | 15.0 | 12.6 | 0.2 | 174 | 80 | 20.0 | 16.8 | 0.3 | 232 |
| | Соус томатный | 30 | 0.4 | 21.3 | 2.0 | 21 | 50 | 0.5 | 2.2 | 3.4 | 36 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 180/5 | 10.4 | 6.8 | 45.4 | 288 | 250/7 | 14.4 | 9.4 | 63.0 | 401 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | 0.0 | 9.1 | 35 | 200 | 0.1 | 0.0 | 9.1 | 35 |
| | Хлеб ржаной/пшеничный | 50/50 | 7.0 | 0.9 | 39.4 | 223 | 70/50 | 9.4 | 1.65 | 49.6 | 261.5 |
| | Помидор свежий | 50 | 1.0 | 0.1 | 5.0 | 22 | 50 | 1.0 | 0.1 | 5.0 | 22 |
| Полдник | Кондитерские изделия | 15 | 1.2 | 1.4 | 11.2 | 85 | 15 | 1.2 | 1.4 | 11.2 | 85 |
| | Какао с молоком | 200 | 3.6 | 3.3 | 13.7 | 98 | 200 | 3.6 | 3.3 | 13.7 | 98 |
| 1 ужин | Рыба припущенная | 80 | 18.0 | 5.7 | 0.5 | 252 | 120 | 27.1 | 8.6 | 0.7 | 320 |
| | Пюре картофельное | 180 | 3.5 | 3.9 | 26.5 | 159 | 220 | 4.3 | 4.9 | 32.4 | 195 |
| | Чай с сахаром | 200 | 0.1 | 0.0 | 9.1 | 35 | 200 | 0.1 | 0.0 | 9.1 | 35 |
| | Хлеб пшеничный/ржаной | 40/30 | 5.1 | 0.2 | 40.0 | 133 | 50/50 | 7.0 | 0.9 | 39.4 | 223 |
| | Огурец свежий | 50 | 0.8 | 0.1 | 2.5 | 14 | 50 | 0.8 | 0.1 | 2.5 | 14 |
| 2 ужин | Крем творожный | 120 | 5.9 | 5.3 | 28.9 | 163 | 120 | 5.9 | 5.3 | 28.9 | 163 |
| ИТОГО | | | 89.9 | 88.9 | 343.3 | 2456 | | 120.9 | 100.0 | 410.5 | 3114 |

Повар
 Деж. воспитатель
 Мед. Сестра
 И. о.директора КОГОБУ ШИ ОВЗ п. Светлополянска
 Верхнекамского района

Сюзева Е. М.