



Меню приготавливаемых блюд, разработанное в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность		№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	ккал	г	
Неделя 4								
День 1								
Возрастная категория: 7-11 лет								
Завтрак	Яйцо вареное	1 шт.	4,7	4,04	0,25	56,5	776	
	Сыр порциями	12	2,78	3,54	-	43,5	982	
	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	150/5	4,26	6,02	29,58	189,6	898	
	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	1,8	1,6	13,2	75,2	986	
	Хлеб пшеничный йодированный	27	2,17	0,29	14,79	67,5	-	
	Фруктовый десерт	1/100	0,68	0	17,5	60	-	
Итого за завтрак:			16,39	15,49	75,32	492,3	-	
Возрастная категория: 12 лет и старше								
Завтрак	Яйцо вареное	1 шт.	4,7	4,04	0,25	56,5	776	
	Сыр порциями	16	3,7	4,72	39,44	58	-	
	Каша молочная рисовая с маслом (крупа рисовая, молоко, сахар-песок, соль йод., масло слив.)	170/5	4,81	6,34	33,51	210	1049	
	Какао-напиток (какао порошок, молоко 3,2%, сахар-песок)	200	1,8	1,6	13,2	75,2	986	
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,32	0,31	15,81	75	-	
	Фруктовый десерт	1/100	0,68	0	17,5	60	-	